ରାଜଯୋଗ

ସ୍ୱାମୀ ବିବେକାନନ୍ଦ



ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣ ମଠ
ଭୁବନେଶ୍ୱର

ପ୍ରକାଶକ
ସ୍ୱାମୀ ପ୍ରିୟରୂପାନନ୍ଦ
ଅଧ୍ୟକ୍ଷ, ରାମକୃଷ୍ଣ ମଠ
ବିବେକାନନ୍ଦ ମାର୍ଗ
ଭୁବନେଶ୍ୱର-୭୫୧୦୦୨

ଅଷ୍ଟମ ସଂସ୍କରଣ
ଶ୍ରୀଶ୍ରୀ ଗଣେଶପୂଜା
୧୯ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୦୧୨

ମୂଲ୍ୟ– ଟ. ୫୦.୦୦

ମୁଦ୍ରାକର :
ହିନ୍ଦୁସ୍ଥାନ ପ୍ରିଣ୍ଟିଙ୍ଗ୍ ଏଣ୍ଡ୍ ବାଇଣ୍ଡିଂ ୱାର୍କସ୍
ଏ/୪୮, ରାମେଶ୍ୱର ପାଟଣା
ଭୁବନେଶ୍ୱର-୭୫୧୦୦୨

RAJAYOGA : ***By Swami Vivekananda; Published by Ramakrishna Math, Bhubaneswar-751 002; 8th Edition on 19th September 2012; Price - ₹ Fifty Only.***

ନିବେଦନ

ଭଗବାନ ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଆଶୀର୍ବାଦରୁ 'ରାଜଯୋଗ'ର ଷଷ୍ଠ ସଂସ୍କରଣ ପ୍ରକାଶିତ ହେଲା । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥଟି ପୃଥିବୀର ବିଭିନ୍ନ ଭାଷାରେ ଅନୁଦିତ ହୋଇ ବିଶେଷ ସମାଦର ଲାଭ କରିଛି ।

ରାଜଯୋଗର ବିଶେଷତ୍ୱ ଏହି ଯେ ଜାତି, ଧର୍ମ, ବର୍ଣ୍ଣ, ଲିଙ୍ଗ ନିର୍ବିଶେଷରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହାକୁ ଅଭ୍ୟାସ କରି ପରମ ସତ୍ୟର ଅପରୋକ୍ଷ ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରିବେ । ପୃଥିବୀ ଇତିହାସରେ ଯେଉଁମାନେ ଧର୍ମକୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ଭିତରୁ ଅନେକେ ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ମଧ୍ୟ ରାଜଯୋଗ-ସାଧନ ପ୍ରଣାଳୀ ଅବଲମ୍ବନ କରିଛନ୍ତି । 'ରାଜଯୋଗ' ଗ୍ରନ୍ଥ ଏହି ସାଧନ-ପଦ୍ଧତିକୁ ଏକ ଅନୁଭୂତ ବିଜ୍ଞାନ ଭାବରେ ସୁସଂହତରୂପେ ଯୁକ୍ତି ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ କରିଛି । ସୁତରାଂ ଧର୍ମପିପାସୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ନିମିତ୍ତ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥଟି ଯେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଉପାଦେୟ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।

ସ୍ୱାମୀ ବିବେକାନନ୍ଦଙ୍କର ଶିଷ୍ୟା ସାରା ସି. ବୁଲ୍ ସ୍ୱାମୀଜୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଆଲୋଚିତ 'ଯୋଗ' ବିଷୟରେ ଏକ କ୍ଷୁଦ୍ର ପୁସ୍ତିକା ୧୯୧୩ ମସିହାରେ ଇଂରାଜୀ ଭାଷାରେ ପ୍ରକାଶିତ କରିଥିଲେ । 'ସରଳ ରାଜଯୋଗ' ନାମରେ ଅନୁବାଦ କରାଯାଇ ଏହି ନୂତନ ସଂସ୍କରଣରେ ତାହାକୁ ସଂଯୁକ୍ତ କରାଗଲା । ଏଥିରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନାର ବହୁ ମୂଲ୍ୟବାନ କଥା ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଓ ପରିଷ୍କାର ଭାବରେ ଉପସ୍ଥାପିତ କରାଯାଇଛି ।

ଏହି ଷଷ୍ଠ ସଂସ୍କରଣଟି ଓଡ଼ିଆର ପାଠକ ପାଠିକାମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ବପରି ସମାଦୃତ ହେବ ବୋଲି ଆମମାନଙ୍କର ଆଶା ଓ ବିଶ୍ୱାସ ।

ସମସ୍ତେ ଭଗବଦ୍‌ଭକ୍ତି ଓ ଦୈବୀ ସମ୍ପଦ ଲାଭ କରନ୍ତୁ—ଏହା ହିଁ ଶ୍ରୀଭଗବାନଙ୍କ ନିକଟରେ ଆମମାନଙ୍କର ଐକାନ୍ତିକ ପ୍ରାର୍ଥନା ।

ଭୁବନେଶ୍ୱର
୧୩ ଅଗଷ୍ଟ ୨୦୦୯

ବିନୀତ
ପ୍ରକାଶକ

ନିବେଦନ

ଭଗବାନ ଶ୍ରୀରାମକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଆଶୀର୍ବାଦରୁ 'ରାଜଯୋଗ'ର ଅଷ୍ଟମ ସଂସ୍କରଣ ପ୍ରକାଶିତ ହେଲା । ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥଟି ପୃଥିବୀର ବିଭିନ୍ନ ଭାଷାରେ ଅନୂଦିତ ହୋଇ ବିଶେଷ ସମାଦର ଲାଭ କରିଛି ।

ରାଜଯୋଗର ବିଶେଷତ୍ୱ ଏହି ଯେ ଜାତି, ଧର୍ମ, ବର୍ଣ୍ଣ, ଲିଙ୍ଗ ନିର୍ବିଶେଷରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହାକୁ ଅଭ୍ୟାସ କରି ପରମ ସତ୍ୟର ଅପରୋକ୍ଷ ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରିବେ । ପୃଥିବୀ ଇତିହାସରେ ଯେଉଁମାନେ ଧର୍ମକୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ଭିତରୁ ଅନେକେ ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ମଧ୍ୟ ରାଜଯୋଗ-ସାଧନ ପ୍ରଣାଳୀ ଅବଲମ୍ବନ କରିଛନ୍ତି । 'ରାଜଯୋଗ' ଗ୍ରନ୍ଥ ଏହି ସାଧନ-ପଦ୍ଧତିକୁ ଏକ ଅନୁଭୂତ ବିଜ୍ଞାନ ଭାବରେ ସୁସଂହତରୂପେ ଯୁକ୍ତି ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ କରିଛି । ସୁତରାଂ ଧର୍ମପିପାସୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ନିମିତ୍ତ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥଟି ଯେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଉପାଦେୟ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।

ସ୍ୱାମୀ ବିବେକାନନ୍ଦଙ୍କର ଶିଷ୍ୟା ସାରା ସି. ବୁଲ୍ ସ୍ୱାମୀଜୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଆଲୋଚିତ 'ଯୋଗ' ବିଷୟରେ ଏକ କ୍ଷୁଦ୍ର ପୁସ୍ତିକା ୧୯୧୩ ମସିହାରେ ଇଂରାଜୀ ଭାଷାରେ ପ୍ରକାଶିତ କରିଥିଲେ । 'ସରଳ ରାଜଯୋଗ' ନାମରେ ଅନୁବାଦ କରାଯାଇ ଏହି ନୂତନ ସଂସ୍କରଣରେ ତାହାକୁ ସଂଯୁକ୍ତ କରାଗଲା । ଏଥିରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନାର ବହୁ ମୂଲ୍ୟବାନ କଥା ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଓ ପରିଷ୍କାର ଭାବରେ ଉପସ୍ଥାପିତ କରାଯାଇଛି ।

ଏହି ଅଷ୍ଟମ ସଂସ୍କରଣଟି ଓଡ଼ିଶାର ପାଠକ ପାଠିକାମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ବପରି ସମାଦୃତ ହେବ ବୋଲି ଆମମାନଙ୍କର ଆଶା ଓ ବିଶ୍ୱାସ ।

ସମସ୍ତେ ଭଗବଦ୍‌ଭକ୍ତି ଓ ଦୈବୀ ସମ୍ପଦ ଲାଭ କରନ୍ତୁ—ଏହା ହିଁ ଶ୍ରୀଭଗବାନଙ୍କ ନିକଟରେ ଆମମାନଙ୍କର ଐକାନ୍ତିକ ପ୍ରାର୍ଥନା ।

ଭୁବନେଶ୍ୱର
୨୬ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୦୦୫

ବିନୀତ
ପ୍ରକାଶକ

ସରଳ ରାଜଯୋଗ

ପ୍ରଥମ ପାଠ

ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ବିକଶିତ କରିବାକୁ ହେବ । ସମସ୍ତେ ପରିଶେଷରେ ଗୋଟିଏ କେନ୍ଦ୍ରରେ ମିଳିତ ହେବେ ।

'କଳ୍ପନା ହିଁ ପ୍ରେରଣାର ଉତ୍ସ ଏବଂ ଚିନ୍ତାର ଭିତ୍ତି ।'

ପ୍ରକୃତିର ବ୍ୟାଖ୍ୟା ଆମ ଭିତରେ ହିଁ ରହିଛି, ପଥର ତଳକୁ ପଡ଼ିଥାଏ–ଏହା ବାହ୍ୟ ଘଟଣା ମାତ୍ର; କିନ୍ତୁ ମାଧ୍ୟାକର୍ଷଣ ଆବିଷ୍କାର କରିବାର ଶକ୍ତି ଆମ ଭିତରେ ହିଁ ଥିଲା, ବାହାରେ ନୁହେଁ ।

ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ବେଶୀ ଖାଏ ବା ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଅନାହାରୀ, ଯେ ବେଶୀ ଶୁଏ ବା ଯେ ଖୁବ୍ କମ୍ ଶୁଏ, ସେ କେବେ ଯୋଗୀ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ ।*

ଅଜ୍ଞାନ, ଚଞ୍ଚଳତା, ଈର୍ଷା, ଆଳସ୍ୟ ଓ ତୀବ୍ର ଆସକ୍ତି—ଏଗୁଡ଼ିକ ଯୋଗାଭ୍ୟାସର ପରମ ଶତ୍ରୁ । ଯୋଗୀଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ନିମ୍ନଲିଖିତ ତିନୋଟି କଥା ବିଶେଷ ପ୍ରୟୋଜନୀୟ :

ପ୍ରଥମ—ଦେହ ଓ ମନର ପବିତ୍ରତା । ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ମଳିନତା, ଯାହା ମନକୁ ନୀଚ ସ୍ତରକୁ ନେଇଯାଏ, ଯୋଗୀ ତାହା ପରିତ୍ୟାଗ କରିବେ ।

ଦ୍ୱିତୀୟ—ଧୈର୍ଯ୍ୟ । ପ୍ରଥମେ ପ୍ରଥମେ ଅନେକ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଜନକ ଦର୍ଶନ ଇତ୍ୟାଦି ହେବ, ତା'ପରେ ସେସବୁ ବନ୍ଦ ହୋଇଯିବ । ଏହି ସମୟଟି ସବୁଠାରୁ କଠିନ; ଖୁବ୍ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ଦରକାର । ଧୈର୍ଯ୍ୟ ଧରି ରହିପାରିଲେ ଶେଷରେ ସତ୍ୟଲାଭ ନିଶ୍ଚୟ ହେବ ।

ତୃତୀୟ—ଅଧ୍ୟବସାୟ । ଭଲ, ମନ୍ଦ, ସୁସ୍ଥ, ଅସୁସ୍ଥ—ସକଳ ଅବସ୍ଥାରେ ଯୋଗାଭ୍ୟାସ କରିଯାଅ ଗୋଟିଏ ଦିନ ମଧ୍ୟ ଯେପରି ବ୍ୟତିକ୍ରମ ନ ହୁଏ ।

ଯୋଗସାଧନାର ସବୁଠାରୁ ପ୍ରଶସ୍ତ ସମୟ ହେଉଛି ଦିନ ଓ ରାତ୍ରିର ସନ୍ଧିକ୍ଷଣ—ସେ ସମୟରେ ଦେହ ଓ ମନ ଖୁବ୍ ଶାନ୍ତ ଥାଏ, ଚଞ୍ଚଳତା ଓ ଅବସାଦ ଇତ୍ୟାଦି ସେ ସମୟରେ ନ ଥାଏ । ଯଦି ସେତେବେଳେ ଯୋଗାଭ୍ୟାସ ନ କରିପାର ତେବେ ନିଦ୍ରାଭଙ୍ଗ ପରେ ଏବଂ ଶୋଇବା ଆଗରୁ କରିବ । ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ଖୁବ୍ ପ୍ରୟୋଜନ (ପ୍ରତିଦିନ ସ୍ନାନ କରିବା ଉଚିତ) ।

ସ୍ନାନ ପରେ ଦୃଢ଼ ଭାବରେ ଆସନରେ ଉପବିଷ୍ଟ ହେବ ଓ ମନେ କରିବ ଯେ ତୁମେ ପାହାଡ଼ ପରି ଅଟଳ, କୌଣସି ଜିନିଷ ତୁମକୁ ଟଳାଇପାରିବ ନାହିଁ । ମେରୁଦଣ୍ଡ ଉପରେ ଜୋର୍ ନ ଦେଇ ଅଣ୍ଟା, ବେକ ଓ ମୁଣ୍ଡ ସିଧା ରଖିବ । ମେରୁଦଣ୍ଡ ଭିତରେ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର କ୍ରିୟା ହୁଏ, ତେଣୁ ଦୁର୍ବଳ କଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ ।

ପାଦର ଅଙ୍ଗୁଳିରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଧୀରେ ଧୀରେ ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଙ୍ଗକୁ ସ୍ଥିର କରିବ । ଏହା ମନେ ମନେ ଚିନ୍ତା କରିବ ଓ ପ୍ରୟୋଜନ ବୋଧହେଲେ ପ୍ରତି ଅଙ୍ଗକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିବ ।

କ୍ରମେ କ୍ରମେ ନିମ୍ନ ଭାଗରୁ ଶରୀରର ପ୍ରତି ଅଙ୍ଗ ସ୍ଥିର କରି କରି ଉପର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆସିବାକୁ ହେବ, ଗୋଟିଏ ହେଲେ ଅଙ୍ଗ ଯେପରି ବାଦ୍ ନ ଯାଏ । ତା'ପରେ ସମସ୍ତ

---

* ଗୀତା–୧୨/୧୩–୧୯

ଶରୀରକୁ ସ୍ଥିର ରଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ସତ୍ୟଲାଭ ନିମିତ୍ତ ଭଗବାନ ତୁମକୁ ଏହି ଦେହ ଦେଇଛନ୍ତି; ତେଣୁ ଏହି ନୌକାକୁ ଆଶ୍ରୟ କରି ସଂସାରସାଗର ଉତ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ଚିରନ୍ତନ ସତ୍ୟର ରାଜ୍ୟକୁ ଯିବାକୁ ହେବ ।

ଏହା କରିବା ପରେ ଦୁଇ ନାସାରନ୍ଧ୍ର ଦେଇ ଗଭୀର ଶ୍ୱାସ ଗ୍ରହଣ କରିବ, ପରେ ଦୁଇ ନାସିକା ଦେଇ ନିଃଶ୍ୱାସ ତ୍ୟାଗ କରିବ । ତାପରେ ଯେତେ ସମୟ ସ୍ୱଚ୍ଛନ୍ଦ ଭାବରେ ପାରିବ, ଶ୍ୱାସ ରୁଦ୍ଧ କରି ରହିବ । ଏହିପରି ଚାରି ଥର କରିବା ପରେ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବେ ନିଃଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନେବ ଏବଂ ଜ୍ଞାନାଲୋକ ନିମିତ୍ତ ଭଗବାନଙ୍କ ନିକଟରେ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବ ।

'ଯେ ଏହି ବିଶ୍ୱ ସୃଷ୍ଟି କରିଛନ୍ତି, ତାଙ୍କର ମହିମା ମୁଁ ଧ୍ୟାନ କରୁଛି; ସେ ମୋର ମନକୁ ପ୍ରବୁଦ୍ଧ କରନ୍ତୁ'—ଆସନରେ ଉପବିଷ୍ଟ ହୋଇ ଦଶ ପନ୍ଦର ମିନିଟ୍ ଏହି ମନ୍ତ୍ରଟିର* ଅର୍ଥ ଚିନ୍ତା କରିବ ।

ଯେଉଁସବୁ ଉପଲବ୍ଧି ବା ଦର୍ଶନାଦି ହେବ, ଗୁରୁ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କାହାକୁ ତାହା କହିବ ନାହିଁ । ଯେତେଦୂର ସମ୍ଭବ କମ୍ କଥା କହିବ ।

ସଦ୍‌ଚିନ୍ତା କରିବ, କାରଣ ଆମେ ଯାହା ଚିନ୍ତା କରୁ ତାହା ହୋଇଯାଉ । ସଦ୍‌ଚିନ୍ତା ମନର ସମସ୍ତ ମଳିନତା ଦଗ୍ଧ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ।

ଯୋଗୀ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତେ କ୍ରୀତଦାସ ତୁଲ୍ୟ । ମୁକ୍ତିଲାଭ ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ପରେ ଗୋଟିଏ ବନ୍ଧନ କାଟିଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ଅତୀନ୍ଦ୍ରିୟ ସତ୍ତାକୁ ସମସ୍ତେ ହିଁ ଜାଣିପାରନ୍ତି । ଭଗବାନ ଯଦି ସତ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି, ତେବେ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଭାବରେ ଉପଲବ୍ଧି କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ; ଆତ୍ମା ଯଦି ବାସ୍ତବ ହୁଅନ୍ତି, ତେବେ ନିଶ୍ଚୟ ଆମେ ତାଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ ଓ ଅନୁଭବ କରିପାରିବା ।

ଆତ୍ମବସ୍ତୁ ବୋଲି କିଛି ଅଛି କି ନାହିଁ, ତାହା ବୁଝିବାର ଉପାୟ— ଆମମାନଙ୍କୁ ଏପରି କିଛି ହେବାକୁ ହେବ, ଯାହା ଦେହ ନୁହେଁ ।

ଯୋଗୀମାନେ ଆମର ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରଧାନତଃ ଦୁଇ ଭାଗରେ ବିଭକ୍ତ କରିଛନ୍ତି— ଜ୍ଞାନେନ୍ଦ୍ରିୟ ଏବଂ କର୍ମେନ୍ଦ୍ରିୟ (ଅଥବା ଜ୍ଞାନ ଓ କର୍ମ) ।

ଅନ୍ତରେନ୍ଦ୍ରିୟ ବା ମନର ସ୍ତର ଚାରିଟା ।

ପ୍ରଥମ—ମନଃ, ମନନ ବା ଚିନ୍ତାଶକ୍ତି । ଏହାକୁ ସଂଯତ ନ କଲେ ମନର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି ନଷ୍ଟ ହୋଇଯିବ; କିନ୍ତୁ ସଂଯତ କରିପାରିଲେ ଏହି ମନ ହିଁ ଅଦ୍ଭୁତ ଶକ୍ତିର ଆଧାର ହୋଇଉଠିବ ।

ଦ୍ୱିତୀୟ—ବୁଦ୍ଧି ବା ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି (ଏହାକୁ ବୋଧଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ କହନ୍ତି) ।

ତୃତୀୟ—ଅହଂକାର ବା 'ଅହଂବୁଦ୍ଧି' ।

ଚତୁର୍ଥ—ଚିତ୍ତ : ଏହି ଉପାଦାନଦ୍ୱାରା ଆମର ସମସ୍ତ ବୃତ୍ତି କ୍ରିୟା କରୁଛି; ମନର ଭିତ୍ତିସ୍ଥଳ ସକଳ ବୃତ୍ତିର ଆଧାରସ୍ୱରୂପ । ଏହା ଯଦି ସମୁଦ୍ର ହୁଏ, ତାହାହେଲେ ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ତାହାର ତରଙ୍ଗ ପରି ।

---

* ଗାୟତ୍ରୀ ମନ୍ତ୍ର

ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିନିରୋଧକୁ ଯୋଗ କହନ୍ତି । ଯୋଗ ଗୋଟିଏ ବିଜ୍ଞାନ, ଯାହାର ସାହାଯ୍ୟରେ ଆମେ ଚିତ୍ତକୁ ବିଭିନ୍ନ ବୃତ୍ତିରେ ରୂପାନ୍ତରିତ ହେବା ବନ୍ଦ କରିପାରିବା । ଚନ୍ଦ୍ରର ପ୍ରତିବିମ୍ବ ଯେପରି ସମୁଦ୍ରଢେଉ ଉପରେ ପଡ଼ି ଅସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ, ଆତ୍ମାର ପ୍ରତିବିମ୍ବ ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ମନର ତରଙ୍ଗାଘାତରେ ଖଣ୍ଡବିଖଣ୍ଡ ହୋଇଯାଏ । ସମୁଦ୍ର ନିସ୍ତରଙ୍ଗ ହୋଇ ଯେତେବେଳେ ଦର୍ପଣ ପରି ଶାନ୍ତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଚନ୍ଦ୍ରର ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ଆମେ ସେଥିରେ ଦେଖିପାରୁ; ଠିକ୍ ସେହିପରି ମନର ଉପାଦାନ ଚିତ୍ତ ଯେତେବେଳେ ସଂଯମଦ୍ୱାରା ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଏ, ସେତେବେଳ ଆତ୍ମଦର୍ଶନ ହୁଏ ।

ମନର ଉପାଦାନ ଚିତ୍ତ, ଶରୀର ନୁହେଁ—ସୂକ୍ଷ୍ମତର ଜଡ଼ବିଶେଷ ଏବଂ ଚିରକାଳ ଦେହଦ୍ୱାରା ଆବଦ୍ଧ ହୋଇ ରହେ ନାହିଁ । ମଝିରେ ମଝିରେ ଆମର ଦେହ-ବନ୍ଧନ ଯେ ଶିଥିଳ ହୋଇଯାଏ, ତାହା ହିଁ ଏହାର ପ୍ରମାଣ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟସମୂହକୁ ବଶୀଭୂତ କରି ଆମେ ଏହାର ଅଭ୍ୟାସ କରିପାରିବା ।

ଏହି ଅବସ୍ଥା ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଆୟତ୍ତ ହେଲେ ଆମେ ସମଗ୍ର ଜଗତକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିପାରିବା, କାରଣ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ଯେଉଁସବୁ ବିଷୟ ଆମ ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚାଇ ଦିଅନ୍ତି, ତାହା ହିଁ ଆମର ଜଗତ । ସ୍ୱାଧୀନତା ହିଁ ଉଚ୍ଚତର ଜୀବନର ଚିହ୍ନ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟବନ୍ଧନରୁ ନିଜକୁ ମୁକ୍ତ କରିପାରିଲେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜୀବନ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ ।

ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଇନ୍ଦ୍ରିୟର ଅଧୀନ, ସେ ସଂସାରୀ, ସେ କ୍ରୀତଦାସ ତୁଲ୍ୟ । ଚିତ୍ତର ବିଭିନ୍ନ ବୃତ୍ତି ତରଙ୍ଗରୂପେ ଭାଙ୍ଗିପଡ଼ିବାକୁ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ନିରୋଧ କରିପାରିଲେ ଆମର ଦେହବୋଧ ଚାଲିଯାଏ । ଏହି ଦେହଗୁଡ଼ିକୁ ତିଆରି କରିବା ପାଇଁ ଆମକୁ କୋଟି କୋଟି ବର୍ଷ ଧରି କଠୋର ପରିଶ୍ରମ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଛି ଏବଂ ସେହି ପ୍ରଚେଷ୍ଟା ମଧ୍ୟରେ ଏହି ଦେହ ପ୍ରାପ୍ତିର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଯେ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଲାଭକରିବା, ତାହା ଆମେ ଭୁଲିଯାଇଛୁ । ଆମେ ଭାବୁ, ଏହି ଦେହଟାକୁ ତିଆରି କରିବା ହେଉଛି ଆମର ସକଳ ଚେଷ୍ଟାର ମୂଳ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଏବଂ ଏହା ହିଁ ମାୟା । ଏହି ମାୟାପାଶକୁ ଛିନ୍ନ କରିବାକୁ ହେବ, ମୂଳ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଆଡ଼କୁ ଆମକୁ ଫେରିଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ; ଆଉ ଉପଲବ୍ଧି କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଯେ ଆମେ ଏହି ଦେହ ନୋହୁଁ । ଦେହ ଆମର ଭୃତ୍ୟ ।

ମନକୁ ଦେହରୁ ଅଲଗା କରି ଦେଖିବାକୁ ଶିକ୍ଷା କର, ଚିନ୍ତା କର ଯେ ମନ ଦେହଠାରୁ ପୃଥକ୍ । ଏହି ଜଡ଼ ଦେହକୁ ଆମେ ଚେତନା ଓ ଜୀବନ ଦାନ କରୁ ଓ ଭାବୁ ଯେ ଏହି ଦେହଟା ହିଁ ଯେପରି ଚେତନା ବା ବାସ୍ତବ । ଆମେ ଦୀର୍ଘ କାଳ ଧରି ଏହି ପୋଷାକଟା ପିନ୍ଧି ଆସୁଥିବାରୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଭୁଲବଶତଃ ଭାବୁଛୁ ଯେ ଆମେ ଏହି ପୋଷାକଠାରୁ ଅଭିନ୍ନ, କିନ୍ତୁ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ଏହି ପୋଷାକକୁ ଛିଣ୍ଡାଇ ଦିଆଯାଇପାରେ । ଯୋଗ ଏହି ବିଷୟରେ ଆମକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରେ । ଦେହ ଗୋଟିଏ ଯନ୍ତ୍ରମାତ୍ର, ଆମର ଦାସ—ପ୍ରଭୁ ନୁହେଁ; ମନଃଶକ୍ତିସମୂହକୁ ଆୟତ୍ତ କରିବା ହିଁ ଯୋଗାଭ୍ୟାସର ମୂଖ୍ୟ ଓ ମହାନ୍ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ—ଯେ କୌଣସି ବିଷୟରେ ସମଗ୍ର ମନଃଶକ୍ତି ନିୟୋଗ କରିବା । ଯଦି ବେଶୀ କଥା କହ ତେବେ ଯୋଗୀ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ପାଠ

ଏହି ଯୋଗର ନାମ ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ ଯୋଗ, କାରଣ ଏହାର ଆଠୋଟି ପ୍ରଧାନ ଅଙ୍ଗ; ଯଥା—

ପ୍ରଥମ—ଯମ । ଯୋଗର ଏହି ଅଙ୍ଗ ସବୁଠାରୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ; ଏହା ସାରା ଜୀବନକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରେ । ଏହା ପୁଣି ପାଞ୍ଚ ଭାଗରେ ବିଭକ୍ତ—

(୧) କାୟମନୋବାକ୍ୟରେ କାହାପ୍ରତି ହିଂସା ନ କରିବା ।

(୨) କାୟମନୋବାକ୍ୟରେ କୌଣସି ଦ୍ରବ୍ୟପ୍ରତି ଲୋଭ ନ କରିବା ।

(୩) କାୟମନୋବାକ୍ୟରେ ପବିତ୍ରତା ରକ୍ଷା କରିବା ।

(୪) କାୟମନୋବାକ୍ୟରେ ସତ୍ୟନିଷ୍ଠ ହେବା ।

(୫) କାୟମନୋବାକ୍ୟରେ ବୃଥା ଦାନ ଗ୍ରହଣ ନ କରିବା (ଅପ୍ରତିଗ୍ରହ) ।

ଦ୍ୱିତୀୟ—ନିୟମ । ଶରୀରର ଯତ୍ନ, ସ୍ନାନ ଏବଂ ପରିମିତ ଆହାର ଇତ୍ୟାଦି ।

ତୃତୀୟ—ଆସନ । ମେରୁଦଣ୍ଡ ଉପରେ ବିଶେଷ ଜୋର୍ ନ ଦେଇ ଅଣ୍ଟା, କାନ୍ଧ ଓ ମୁଣ୍ଡ ସଳଖ ରଖିବା ।

ଚତୁର୍ଥ—ପ୍ରାଣାୟାମ । ପ୍ରାଣବାୟୁକୁ ଆୟତ୍ତ କରିବା ନିମିତ୍ତ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସରେ ସଂଯମ ।

ପଞ୍ଚମ—ପ୍ରତ୍ୟାହାର । ମନକୁ ବହିର୍ମୁଖ ନ କରି ଅନ୍ତର୍ମୁଖ କରି କୌଣସି ବିଷୟ ବୁଝିବା ପାଇଁ ବାରମ୍ବାର ଆଲୋଚନା କରିବା ।

ଷଷ୍ଠ—ଧାରଣା । କୌଣସି ଗୋଟିଏ ବିଷୟରେ ମନକୁ ଏକାଗ୍ର କରିବା ।

ସପ୍ତମ—ଧ୍ୟାନ । କୌଣସି ଗୋଟିଏ ବିଷୟ ଉପରେ ମନର ଅବିଚ୍ଛିନ୍ନ ଚିନ୍ତା ।

ଅଷ୍ଟମ—ସମାଧି । ଜ୍ଞାନର ଆଲୋକ ଲାଭ କରିବା ଆମର ସମସ୍ତ ସାଧନାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ।

ଯମ ଓ ନିୟମ ସାରା ଜୀବନ ଆମକୁ ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଜୋକ ଯେପରି ଗୋଟିଏ ଘାସକୁ ଦୃଢ଼ଭାବେ ନ ଧରି ଅନ୍ୟଟିକୁ ଛାଡ଼େ ନାହିଁ, ସେହିପରି ଗୋଟିଏ ସାଧନା ଛାଡ଼ିବା ପୂର୍ବରୁ ଅନ୍ୟଟିକୁ ଠିକ୍ ଭାବେ ବୁଝି ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଦରକାର ।

ଆଜିର ଆଲୋଚ୍ୟ ବିଷୟ ପ୍ରାଣାୟାମ ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରାଣର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ । ରାଜଯୋଗ ସାଧନାରେ ପ୍ରାଣବାୟୁ ଚିତ୍ତଭୂମିର ମାଧ୍ୟମରେ ଆମକୁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ-ରାଜ୍ୟକୁ ନେଇଯାଏ । ପ୍ରାଣବାୟୁ ବା ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ ସମଗ୍ର ଦେହ-ଯନ୍ତ୍ରର ନିୟାମକ ମୂଳଚକ୍ର (Fly-wheel) । ପ୍ରାଣ ପ୍ରଥମେ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌କୁ, ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରୁ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରକୁ, ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରରୁ ରକ୍ତପ୍ରବାହକୁ, ସେଠାରୁ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ଯାଏ, ସର୍ବଶେଷରେ ମସ୍ତିଷ୍କରୁ ମନ ଉପରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ ।

ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ବାହ୍ୟ ସଂବେଦନ ଉତ୍ପନ୍ନ କରିପାରେ, ବାହ୍ୟ ସଂବେଦନ ମଧ୍ୟ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଜାଗ୍ରତ କରିପାରେ । ଆମର ଇଚ୍ଛା ଦୁର୍ବଳ; ଆମେ ଏତେ ବଦ୍ଧ ଯେ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରୁନାହିଁ । ଆମର ଅଧିକାଂଶ କାର୍ଯ୍ୟର ପ୍ରେରଣା ଆସେ ବାହାରୁ; ବହିଃ ପ୍ରକୃତି ଆମର ଅନ୍ତରର ସାମ୍ୟଭାବ ନଷ୍ଟ କରେ; କିନ୍ତୁ ଆମେ ତା'ର ସାମ୍ୟଭାବ ନଷ୍ଟ କରିପାରୁନାହିଁ (ଯାହା ଆମର କରିବା ଉଚିତ) । କିନ୍ତୁ ଏହା ଭୁଲ, କାରଣ ଆମ ଭିତରେ ଅଧିକତର ଶକ୍ତି ରହିଛି ।

ଯେଉଁମାନେ ଅନ୍ତରର ଚିନ୍ତା-ରାଜ୍ୟ ଜୟ କରିଛନ୍ତି, ସେହିମାନେ ହିଁ ସାଧୁ ଓ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ; ତେଣୁ ସେମାନଙ୍କ କଥାର ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ଏତେ ବେଶୀ । ଉଚ୍ଚ ଦୁର୍ଗରେ ଆବଦ୍ଧ ଜଣେ ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ

ତାଙ୍କର ସ୍ତ୍ରୀ ଗୋବରପୋକ, ମଧୁ, ରେଶମ ସୂତା, ସରୁ ଦଉଡ଼ି, ମୋଟା ଦଉଡ଼ି, ଦେଇ ଉଦ୍ଧାର କରିଥିଲେ । ଏହି ରୂପକ* ସାହାଯ୍ୟରେ ସୁନ୍ଦର ଭାବରେ ଦେଖାଇ ଦିଆଯାଇଛି ଯେ ପ୍ରାଣର ନିୟନ୍ତ୍ରଣଦ୍ୱାରା କେଉଁ ଭାବରେ କ୍ରମେ ମନୋରାଜ୍ୟ ଜୟ କରାଯାଇପାରେ । ପ୍ରାଣାୟାମରୂପକ ରେଶମସୂତାର ସାହାଯ୍ୟରେ ଗୋଟିଏ ପରେ ଗୋଟିଏ ଶକ୍ତି ଆୟତ୍ତ କରି ଆମେ ଏକାଗ୍ରତାରୂପକ ରଜ୍ଜୁ ଧରି ସେହି ରଜ୍ଜୁ ସାହାଯ୍ୟର ଦେହ-କାରାଗାରରୁ ନିବୃତ୍ତି ପାଇବୁ—ପ୍ରକୃତ ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରିବୁ । ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରିବା ପରେ ଏହି ସାଧନଗୁଡ଼ିକୁ ଆମେ ଛାଡ଼ି ଦେଇପାରୁ ।

ପ୍ରାଣାୟାମର ଅଙ୍ଗ ତିନୋଟି—୧ମ ପୂରକ - ଶ୍ୱାସଗ୍ରହଣ । ୨ୟ କୁମ୍ଭକ—ଶ୍ୱାସରୋଧ । ୩ୟ ରେଚକ—ଶ୍ୱାସତ୍ୟାଗ ।

ଦୁଇଟି ଶକ୍ତିପ୍ରବାହ ମସ୍ତିଷ୍କରୁ ବାହାରି ମେରୁଦଣ୍ଡ ଧରି ପ୍ରବାହିତ ହୋଇ ତା'ର ଶେଷ ଭାଗରେ ପରସ୍ପରକୁ ଅତିକ୍ରମ କରି ପୁଣି ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ଫେରିଯାଏ । ପ୍ରବାହ ଦୁଇଟି ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିକର ନାମ ସୂର୍ଯ୍ୟ (ପିଙ୍ଗଳା) । ଏହା ମସ୍ତିଷ୍କର ଦକ୍ଷିଣାର୍ଦ୍ଧରୁ ବାହାରି ମେରୁଦଣ୍ଡର ବାମ ଦିଗରେ ମସ୍ତିଷ୍କର ଠିକ୍ ନିମ୍ନ ଭାଗରେ ଥରେ ପରସ୍ପରକୁ ଅତିକ୍ରମ କରି, ପୁଣି ମେରୁଦଣ୍ଡ ତଳେ ଇଂରାଜୀ ଆଠର (8) ଅଧେ ପରି ଆକାର ଧାରଣ କରି, ପୁଣି ଆଉଥରେ ପରସ୍ପରକୁ ଅତିକ୍ରମ କରେ ।

ଅନ୍ୟ ପ୍ରବାହଟିର ନାମ ଚନ୍ଦ୍ର (ଇଡ଼ା), ଏହାର ଗତି ପିଙ୍ଗଳାର ଠିକ୍ ବିପରୀତ ଏବଂ (8)ର ଆକାର ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ କରେ । ଦେଖିବାକୁ (8) ପରି ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଏହାର ନିମ୍ନ ଭାଗ ଉପର ଭାଗ ଅପେକ୍ଷା ବେଶୀ ଲମ୍ବା । ଏହି ଦୁଇଟି ପ୍ରବାହ ଦିନରାତି ଚାଲିଛି—ବିଭିନ୍ନ କେନ୍ଦ୍ରକୁ, ଯାହାକୁ ଆମେ 'ଚକ୍ର' (Plexuses) ବୋଲି କହୁ; ଏହା ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ସଞ୍ଚୟ କରେ, କିନ୍ତୁ ଏହା ଆମେ ପ୍ରାୟ ଜାଣିପାରୁ ନାହିଁ । ଏକାଗ୍ରତାଦ୍ୱାରା ଏହି ଶକ୍ତିସମୂହ ଏବଂ ସମଗ୍ର ଶରୀରରେ ସେମାନଙ୍କର କ୍ରିୟା ଆମେ ଅନୁଭବ କରିପାରୁ । ଏହି 'ସୂର୍ଯ୍ୟ ଓ ଚନ୍ଦ୍ର'ର ପ୍ରବାହ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ ସହିତ ଘନିଷ୍ଠ ଭାବେ ଜଡ଼ିତ । ତେଣୁ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ ନିୟନ୍ତିତ କରି ଆମେ ସମଗ୍ର ଦେହକୁ ନିୟନ୍ତିତ କରିପାରୁ ।

କଠ ଉପନିଷଦ୍‌ରେ ଦେହକୁ ରଥ, ମନକୁ ଲଗାମ୍, ବୁଦ୍ଧିକୁ ସାରଥି, ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକୁ ଘୋଡ଼ା ଏବଂ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଭୋଗ୍ୟ ବସ୍ତୁଗୁଡ଼ିକୁ ରାସ୍ତା ସଙ୍ଗେ ତୁଳନା କରାଯାଇଛି । ରଥୀ ଆତ୍ମା ଏବଂ ସାରଥି ବୁଦ୍ଧି ସେହି ରଥରେ ବସିଛନ୍ତି । ସାରଥି ଯଦି ବୁଦ୍ଧିରୂପ ଘୋଡ଼ାକୁ ସଂଯତ କରି ନ ପାରେ ତେବେ କେତେବେଳେ ହେଲେ ଲକ୍ଷ୍ୟସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚିପାରିବ ନାହିଁ । ଦୁଷ୍ଟ ଘୋଡ଼ା ପରି ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ ରଥଟିକୁ ଯେଉଁଆଡ଼େ ଇଚ୍ଛା ଟାଣିନେଇ ରଥୀର ବିନାଶ କରିଦେଇପାରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏହି ଦୁଇଟି ଶକ୍ତିପ୍ରବାହ (ଇଡ଼ା ଓ ପିଙ୍ଗଳା) ଦୁଷ୍ଟ ଘୋଡ଼ାକୁ ଦମନ କରିବା ପାଇଁ ସାରଥି ହାତରେ ଲଗାମ୍ ସଦୃଶ; ଏହି ଦୁଇଟି (ଲଗାମ୍) ହାତରେ ରଖି ସାରଥି ଅଶ୍ୱ-ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବେ । ନୀତିପରାୟଣ ହେବାର ଶକ୍ତି ଆମକୁ ଲାଭ କରିବାକୁ ହେବ । ନଚେତ୍ ଆମେ କର୍ମଗୁଡ଼ିକୁ କେବେହେଲେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିପାରିବା ନାହିଁ । ନୀତିଶିକ୍ଷାକୁ କିପରି କର୍ମରେ ପରିଣତ କରାଯାଇପାରେ, ଯୋଗ ତାହା ଶିକ୍ଷା ଦିଏ । ନୀତିପରାୟଣ ହେବା ହିଁ ଯୋଗର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ଜଗତର ଆଚାର୍ଯ୍ୟମାନେ ଯୋଗୀ ଥିଲେ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶକ୍ତିପ୍ରବାହକୁ ସେମାନେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ବଶ କରିପାରିଥିଲେ । ଏହି ପ୍ରବାହ ଦୁଇଟିକୁ ଯୋଗୀଗଣ ମେରୁଦଣ୍ଡର

* 'ରାଜଯୋଗ' ଗ୍ରନ୍ଥର ୨ୟ ଅଧ୍ୟାୟ ଦ୍ରଷ୍ଟବ୍ୟ

ନିମ୍ନଭାଗରେ ମୂଳାଧାରରେ ସଂଯତ କରି ମେରୁଦଣ୍ଡ ଭିତର ଦେଇ ତାହା ପରିଚାଳିତ କରନ୍ତି, ଯାହାକି ଜ୍ଞାନ-ପ୍ରବାହ ନାମରେ ଅଭିହିତ । ଏହା କେବଳ ଯୋଗୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବର୍ତ୍ତମାନ ।

ପ୍ରାଣାୟାମ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଦ୍ୱିତୀୟ ସାଧନ-ପ୍ରଣାଳୀ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ପ୍ରକାର ନୁହେଁ । ପ୍ରାଣାୟାମ ଗୋଟିଏ ଛନ୍ଦର ତାଳ ସହିତ ନିୟମିତ ଭାବେ କରିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ତାହା କରିବାର ସହଜ ଉପାୟ ହେଉଛି ଗଣନାଦ୍ୱାରା; ତେବେ ତାହା ଯେପରି ଯନ୍ତ୍ର ପରି ହୋଇ ନ ଯାଏ; ଗଣନା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଆମେ ଯେପରି ପବିତ୍ର ଓଁକାର ମନ୍ତ୍ର ଜପକରୁ ।

ଏହି ପ୍ରାଣାୟାମରେ ଅଙ୍ଗୁଷ୍ଠଦ୍ୱାରା ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକା ବନ୍ଦ କରି ଚାରି ଥର 'ଓଁ' ଜପ କରୁ କରୁ ବାମ ନାସିକାଦ୍ୱାରା ଧୀରେ ଧୀରେ ଶ୍ୱାସ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହୁଏ । ତା'ପରେ ବାମ ନାସିକାରେ ତର୍ଜନୀ ରଖି ଦୁଇଟିଯାକ ନାସିକା ବନ୍ଦ ରଖ, ମୁଣ୍ଡକୁ ଛାତି ଉପରେ ଅବନମିତ ରଖି ମନେ ମନେ ଆଠଥର 'ଓଁ' ଜପ କରୁ କରୁ ଶ୍ୱାସରୋଧ କର ।

ତା'ପରେ ମୁଣ୍ଡ ସିଧା ରଖି ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକାରୁ ଅଙ୍ଗୁଷ୍ଠ କାଢ଼ିନେଇ ମନେ ମନେ ଚାରି ଥର ଓଁ ଜପ କରିବା ଅବସ୍ଥାରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ନିଃଶ୍ୱାସ ଛାଡ଼ ।

ଯେତେବେଳେ ନିଃଶ୍ୱାସ ଛାଡ଼ିବା ଶେଷ ହୋଇଯାଏ, ସେତେବେଳେ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରୁ ସମସ୍ତ ବାୟୁ ବାହାର କରିଦେବା ପାଇଁ ତଳ ପେଟ ସଙ୍କୁଚିତ କରିବ । ତା'ପରେ ବାମ ନାସିକା ବନ୍ଦ କରି ଚାରି ଥର 'ଓଁ' ଜପ କରୁ କରୁ ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକା ଦେଇ ଧୀରେ ଧୀରେ ଶ୍ୱାସଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହୁଏ ।

ତା'ପରେ ଅଙ୍ଗୁଷ୍ଠଦ୍ୱାରା ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକା ବନ୍ଦ କରି ମୁଣ୍ଡ ନୁଆଁଇ ଶ୍ୱାସ ରୁଦ୍ଧ କରି ଆଠ ଥର ଓଁ ଜପ କରିବାକୁ ହୁଏ । ପୁଣି ମୁଣ୍ଡ ସିଧା ରଖି ବାମ ନାସିକା ଦେଇ ଚାରି ଥର 'ଓଁ' ଜପ କରୁ କରୁ ନିଃଶ୍ୱାସ ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ହୁଏ । ପୂର୍ବ ପରି ଏବେ ମଧ୍ୟ ତଳ ପେଟ ସଙ୍କୁଚିତ କରିବା ଉଚିତ ।

ଏହିପରି ଦୁଇ ଥର କରିବ । ଅର୍ଥାତ୍ ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକାଦ୍ୱାରା ଦୁଇ ଥର ଓ ବାମ ନାସିକାଦ୍ୱାରା ଦୁଇ ଥର—ମୋଟରେ ଚାରି ଥର ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବା । ବସିବା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବା ଉଚିତ ।

ଏକ ସପ୍ତାହ ଧରି ଏହିପରି ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ପ୍ରୟୋଜନ । ତା'ପରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ପ୍ରାଣାୟାମର ସଂଖ୍ୟା ବଢ଼ାଇଦିଅ; ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଜପ ସଂଖ୍ୟା (ଶ୍ୱାସଗ୍ରହଣ, ଶ୍ୱାସରୋଧ ଓ ଶ୍ୱାସତ୍ୟାଗ) ସେହି ଅନୁପାତରେ ବଢ଼ାଇବାକୁ ହେବ । ଅର୍ଥାତ୍ ଯଦି ଛ'ଥର ପ୍ରାଣାୟାମ କର, ତା'ହେଲେ ଶ୍ୱାସଗ୍ରହଣ ସମୟରେ ଛ'ଥର, ଶ୍ୱାସ ଛାଡ଼ିବା ସମୟରେ ଛ'ଥର ଏବଂ କୁମ୍ଭକ ସମୟରେ ବାର ଥର 'ଓଁ' ଜପ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏହି ପ୍ରାଣାୟମ ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ଆମେ ଅଧିକତର ପବିତ୍ର, ନିର୍ମଳ ଓ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକଭାବରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯିବା । କୁପଥରେ ପରିଚାଳିତ ହୁଅ ନାହିଁ; କୌଣସି ଶକ୍ତି (ସିଦ୍ଧି) ଚାହଁ ନାହିଁ । ପ୍ରେମ ହିଁ ଏକମାତ୍ର ଶକ୍ତି, ଯାହାକି ଚିରକାଳ ରହେ ଏବଂ ଉତ୍ତରୋତ୍ତର ବୃଦ୍ଧି ପାଏ । ଯେଉଁମାନେ ରାଜଯୋଗ ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ମୋକ୍ଷ ଚାହାଁନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ମାନସିକ, ଶାରୀରିକ, ନୈତିକ ଏବଂ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶକ୍ତି ଲାଭ କରିବାକୁ ହେବ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ପଦକ୍ଷେପ ଆଲୋକିତ ପଥରେ କରିବ ।

ଲକ୍ଷେ ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କେବଳ ଜଣେ କହିପାରେ, 'ଏହି ସଂସାର ଅତିକ୍ରମ କରି, ମୁଁ ଭଗବାନଙ୍କ ସାନିଧ୍ୟ ଲାଭ କରିବି ।' ସତ୍ୟର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇ ପାରନ୍ତି, ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତି ଅତି ଅଳ୍ପ । ସତ୍ୟଲାଭ ନିମିତ୍ତ ମୃତ୍ୟୁକୁ ମଧ୍ୟ ବରଣ କରିବା ପାଇଁ ଆମେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରହିବା ।

ତୃତୀୟ ପାଠ

କୁଣ୍ଡଳିନୀ । ଆତ୍ମାକୁ ଜଡ଼ ବୋଲି ଜାଣିଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ, ତା'ର ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱରୂପ ଜାଣିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଆମେମାନେ ଆତ୍ମାକୁ ଦେହ ବୋଲି ଜାଣୁ, କିନ୍ତୁ ଏହାକୁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଓ ଚିନ୍ତାରୁ ପୃଥକ୍ କରିବାକୁ ହେବ; ତେବେ ଯାଇ ଆମେ ଉପଲବ୍ଧି କରିବା ଯେ ଆମେ ଅମୃତସ୍ୱରୂପ । କୌଣସି ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେଉଛି; କାର୍ଯ୍ୟ ଏବଂ କାରଣର ଦ୍ୱୈତ ଭାବ ଏବଂ ଯାହା କିଛି ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ ତାହା ନଶ୍ୱର । ସୁତରାଂ ଦେହ ବା ମନ ଅବିନାଶୀ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ, କାରଣ ତାହା ସର୍ବଦା ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ । ଯାହା ଅପରିବର୍ତ୍ତନୀୟ ତାହା ହିଁ ଏକମାତ୍ର ଅବିନାଶୀ; କାରଣ ଏପରି କିଛି ନାହିଁ ଯାହା କି ତା' ଉପରେ କ୍ରିୟା କରିପାରିବ ।

ଆମେମାନେ ସତ୍ୟସ୍ୱରୂପ ହୋଇପାରୁନାହିଁ, କାରଣ ଚିରକାଳ ଆମେ ସେହି ସତ୍ୟସ୍ୱରୂପ ହିଁ ଅଛୁ, କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ଅଜ୍ଞାନର ଅବଗୁଣ୍ଠନ ସତ୍ୟକୁ ଆମ ନିକଟରୁ ଲୁଚାଇ ରଖିଛି, ତାହାକୁ ଘୁଞ୍ଚାଇ ଦେବାକୁ ହେବ । ଦେହ ହେଉଛି ଚିନ୍ତାର ବାହ୍ୟ ରୂପ । ସୂର୍ଯ୍ୟ (ପିଙ୍ଗଳା) ଓ ଚନ୍ଦ୍ର (ଇଡ଼ା) ଗତି ଦେହର ସର୍ବାଙ୍ଗରେ ଶକ୍ତି ସଞ୍ଚାର କରୁଛି । ଅବଶିଷ୍ଟ ଶକ୍ତି ମେରୁଦଣ୍ଡ (ସୁଷୁମ୍ନା) ଅନ୍ତର୍ଗତ ବିଭିନ୍ନ ଚକ୍ରରେ ଅର୍ଥାତ୍ ସାଧାରଣ ଭାଷାରେ ସ୍ନାୟୁକେନ୍ଦ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ସଞ୍ଚିତ ରହେ । ଏହି ଗତି ମୃତ ଦେହରେ ନ ଥାଏ, କେବଳ ସୁସ୍ଥସବଳ ଶରୀରରେ ହିଁ ଥାଏ ।

ଯୋଗୀ ଯେ କେବଳ ଏଗୁଡ଼ିକ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି ତା ନୁହେଁ, ବରଂ ସେ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ମଧ୍ୟ ଦେଖି ପାରନ୍ତି । ସେ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରାଣବନ୍ତ ଓ ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ ଦେଖନ୍ତି । ଚକ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ସେହିପରି ଦେଖନ୍ତି ।

କାର୍ଯ୍ୟ ସାଧାରଣତଃ ଚେତନ ଏବଂ ଅଚେତନ—ଏହି ଦୁଇ ପ୍ରକାର । ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ଆଉ ଏକ ପ୍ରକାର କର୍ମ ଅଛି, ଯାହା ଅତିଚେତନ; ଏହା ହେଉଛି ସମଗ୍ର ଜଗତର ସକଳ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜ୍ଞାନର ମୂଳ ଉତ୍ସ । ସହଜାତ ଜ୍ଞାନର କ୍ରମବିକାଶ ହିଁ ଆମକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣତ୍ୱ ଦିଗରେ ଆଗେଇନିଏ । ଅତିଚେତନ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମର ସକଳ ଅନୁଭୂତି ନିର୍ଭୁଲ ହୁଏ, କିନ୍ତୁ ସହଜାତ ଜ୍ଞାନ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଲେ ସୁଦ୍ଧା କେବଳ ମାତ୍ର ଯାନ୍ତ୍ରିକ । କାରଣ ଏଥିରେ କୌଣସି ସଜ୍ଞାନ କ୍ରିୟା ରହେ ନାହିଁ । ଏହାକୁ ପ୍ରେରଣା କହନ୍ତି । ଯୋଗୀଗଣ କହନ୍ତି, ଏହି ଶକ୍ତି ପ୍ରତ୍ୟେକ ମନୁଷ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଅଛି ଏବଂ କାଳକ୍ରମେ ସମସ୍ତେ ଏହି ଶକ୍ତିର ଅଧିକାରୀ ହୋଇପାରିବେ ।

ଚନ୍ଦ୍ର ଓ ସୂର୍ଯ୍ୟର (ଇଡ଼ା ଓ ପିଙ୍ଗଳାର) ଗତିକୁ ଗୋଟିଏ ନୂତନ ଦିଗରେ ଚାଳିତ କରିବାକୁ ହେବ, ଅର୍ଥାତ୍ ମେରୁଦଣ୍ଡ ଭିତରେ ଏଥିପାଇଁ ଗୋଟିଏ ନୂତନ ପଥ କରିବାକୁ ହେବ । ଯେତେବେଳେ 'ସୁଷୁମ୍ନା' ଭିତର ଦେଇ ତାହାର ଗତି ସହସ୍ରାରରେ ପହଞ୍ଚିବ, ସେତେବେଳେ ଆମର ଦେହଜ୍ଞାନ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ଚାଲିଯିବ ।

ମେରୁଦଣ୍ଡର ନିମ୍ନଭାଗରେ ଯେଉଁ 'ମୂଳାଧାର' ଚକ୍ର ଅଛି, ତାହା ଖୁବ୍ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏହି ସ୍ଥାନଟି ହେଉଛି ପ୍ରଜନନ ଶକ୍ତିର ଆଧାର । ଗୋଟିଏ ତ୍ରିକୋଣ ମଣ୍ଡଳରେ ଗୋଟିଏ ଛୋଟ ସାପ କୁଣ୍ଡଳାକାର ହୋଇରହିଛି–ଯୋଗୀଗଣ ଏହି ପ୍ରତୀକଦ୍ୱାରା ଏହାକୁ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ନିଦ୍ରିତ ସର୍ପଟି କୁଣ୍ଡଳିନୀ, ଏହାକୁ ଜାଗ୍ରତ କରିବା ହିଁ ରାଜଯୋଗର ଏକମାତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ ।

ପାଶବିକ କାର୍ଯ୍ୟଦ୍ୱାରା ଯେଉଁ ଯୌନଶକ୍ତି ଉଦ୍ରିକ୍ତ ହୁଏ, ତାହାକୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଦିଗରେ ମାନବଶରୀରର ମହାବିଦ୍ୟୁଦାଧାର ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ପ୍ରେରଣ କରିପାରିଲେ ସେଠାରେ ତାହା

ସଞ୍ଚିତ ହୋଇ 'ଓଜଃ' ବା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶକ୍ତିରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ସମସ୍ତ ସତ୍‌ଚିନ୍ତା, ସମସ୍ତ ପ୍ରାର୍ଥନା ଏହି ପଶୁଶକ୍ତିର କିଛି ଅଂଶ ଓଜଃ-ଶକ୍ତିରେ ପରିଣତ କରି ଆମର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶକ୍ତିଲାଭରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଏହି 'ଓଜସ୍' ହେଉଛି ମନୁଷ୍ୟର ମନୁଷ୍ୟତ୍ୱ । ଏକମାତ୍ର ମନୁଷ୍ୟ ଶରୀରରେ ଏହି ଶକ୍ତି ସଞ୍ଚୟ କରିବା ସମ୍ଭବ । ଯାହାର ଶରୀରରେ ସମସ୍ତ ପାଶବିକ ଯୌନଶକ୍ତି ଓଜଃ-ଶକ୍ତିରେ ପରିଣତ ହୋଇଯାଇଛି, ସେ ଜଣେ ଦେବତାସଦୃଶ । ତାଙ୍କ କଥାରେ ଅମୋଘ ଶକ୍ତି ବିଦ୍ୟମାନ, ତା'ଙ୍କ କଥାଦ୍ୱାରା ଜଗତ୍ ନବଜୀବନ ଲାଭ କରେ ।

ଯୋଗୀମାନେ ମନେ ମନେ କଳ୍ପନା କରନ୍ତି ଯେ, ଏହି କୁଣ୍ଡଳିନୀ ସର୍ପ ସୁଷୁମ୍ନା-ପଥ ଦେଇ ସ୍ତରକୁ ସ୍ତର ଅତିକ୍ରମ କରି, ଚକ୍ର ପରେ ଚକ୍ର ଭେଦ କରି ସହସ୍ରାରରେ ଉପନୀତ ହୁଏ । ମନୁଷ୍ୟଶରୀରର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଶକ୍ତି ଯୌନଶକ୍ତି ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଓଜଃ-ଶକ୍ତିରେ ପରିଣତ ନ ହୋଇଛି, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନାରୀ ବା ପୁରୁଷ ପ୍ରକୃତ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜୀବନ ଲାଭ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ।

କୌଣସି ଶକ୍ତି ସୃଷ୍ଟି କରାଯାଏ ନାହିଁ; ତେବେ ତାକୁ ଈପ୍‌ସିତ ପଥରେ ଚାଳିତ କରାଯାଇପାରେ । ଅତଏବ ଯେଉଁ ବିରାଟ ଶକ୍ତି ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମ ଅଧିକାରରେ ଅଛି, ତାକୁ ଆୟତ୍ତ କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷା କରି, ତାକୁ ପ୍ରବଳ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିଦ୍ୱାରା ପାଶବିକ ରୂପ ନ ଦେଇ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଦିଗରେ ପ୍ରେରିତ କରିବାକୁ ହେବ । ଏଥିରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ ଜଣାଯାଉଛି ଯେ ପବିତ୍ରତା ହେଉଛି ସବୁ ପ୍ରକାର ଧର୍ମ ଓ ନୀତିର ଭିତ୍ତିସ୍ୱରୂପ । ବିଶେଷତଃ ରାଜଯୋଗରେ କାୟମନୋବାକ୍ୟରେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ପବିତ୍ରତା ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ; ବିବାହିତ ବା ଅବିବାହିତ-ଉଭୟଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଗୋଟିଏ ନିୟମ । ଦେହରେ ସର୍ବାପେକ୍ଷା ଶକ୍ତିଶାଳୀ ବସ୍ତୁର ଯେ ଅପବ୍ୟବହାର କରେ ସେ କେବେହେଲେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜୀବନ ଲାଭ କରିପାରିବ ନାହିଁ ।

ଇତିହାସରେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ ଯେ ସର୍ବତ୍ର ମହାନ୍ ସତ୍ୟଦ୍ରଷ୍ଟା ବ୍ୟକ୍ତିଗଣ ହୁଏତ ସାଧୁସନ୍ନ୍ୟାସୀ ଅଥବା ସେମାନେ ବିବାହିତ ଜୀବନ ତ୍ୟାଗ କରିଛନ୍ତି । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଜୀବନ ପବିତ୍ର, କେବଳ ସେମାନେ ହିଁ ଭଗବାନ ଲାଭ କରିପାରନ୍ତି ।

ପ୍ରାଣାୟାମ ପୂର୍ବରୁ ଏହି ତ୍ରିକୋଣମଣ୍ଡଳକୁ ଧ୍ୟାନରେ ଦେଖିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କର । ଚକ୍ଷୁ ବନ୍ଦ କରି ଏହି ଛବି ମନେ ମନେ ସ୍ପଷ୍ଟ ରୂପେ କଳ୍ପନା କରିବାକୁ ହେବ । ଭାବ, ଏହାର ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ଅଗ୍ନିଶିଖା ଅଛି ଏବଂ ତା'ର ମଝିରେ କୁଣ୍ଡଳୀକୃତ ସର୍ପ ନିଦ୍ରାଗତ । ଧ୍ୟାନରେ ଯେତେବେଳେ ଏହି କୁଣ୍ଡଳୀଶକ୍ତି ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ ଦେଖିପାରିବ ସେତେବେଳେ କଳ୍ପନାରେ ତାକୁ ମେରୁଦଣ୍ଡର ମୂଳାଧାରରେ ସ୍ଥାପନ କର । କୁମ୍ଭକ ସମୟରେ (ଶ୍ୱାସ ବନ୍ଦ କରି ରଖିବା ସମୟରେ) ସୁପ୍ତ କୁଣ୍ଡଳିନୀକୁ ଜାଗ୍ରତ କରିବା ପାଇଁ ଏହି ରୁଦ୍ଧ ବାୟୁକୁ, ସଜୋରରେ ତାର ମସ୍ତକରେ ନିକ୍ଷେପ କରିବ । ଯାହାର କଳ୍ପନାଶକ୍ତି ଯେତେ ବେଶୀ ସେ ସେତେ ଶୀଘ୍ର ଫଳ ପାଏ ଏବଂ ତାର କୁଣ୍ଡଳିନୀ ମଧ୍ୟ ସେତେ ଶୀଘ୍ର ଜାଗ୍ରତ ହୁଏ । ଯଦି ଜାଗ୍ରତ ନ ହୋଇଛି ତେବେ ସର୍ବଦା କଳ୍ପନା କର ଯେ ତାହା ଜାଗ୍ରତ ହୋଇଛି । ଇଡ଼ା ଓ ପିଙ୍ଗଳାର ଗତି ଅନୁଭବ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କର । ବଳପୂର୍ବକ ତାକୁ ସୁଷୁମ୍ନା ମାର୍ଗରେ ଚାଳିତ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କର । ଏହା କରିପାରିଲେ ଶୀଘ୍ର ଫଳ ପାଇବ ।

ଚତୁର୍ଥ ପାଠ

ମନକୁ ସଂଯତ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ମନକୁ ଜାଣିବାକୁ ହେବ ।

ଚଞ୍ଚଳ ମନକୁ ସଂଯତ କରି, ବିଷୟରୁ ଟାଣିଆଣି ଗୋଟିଏ ଭାବରେ ସ୍ଥିର କରି ରଖିବାକୁ ହେବ । ବାରମ୍ବାର ଏହା କରିବା ଆମର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିଦ୍ୱାରା ମନକୁ ସଂଯତ କରି, ରୁଦ୍ଧ କରି ଭଗବାନଙ୍କ ମହିମା ଚିନ୍ତା କର ।

ମନକୁ ସଂଯତ କରିବାର ସବୁଠାରୁ ସହଜ ଉପାୟ, ଅଳ୍ପ ସମୟ ପାଇଁ ମନକୁ ଛାଡ଼ିଦିଅ । ସେ ଯେଉଁ ଦିଗରେ ଇଚ୍ଛା ଭ୍ରମଣ କରୁ; ଦୃଢ଼ଭାବେ ଚିନ୍ତା କର, 'ମୁଁ ଦ୍ରଷ୍ଟା, ସାକ୍ଷୀ; ମୁଁ ମନର ଉତ୍ଥାନ ପତନ ଇତ୍ୟାଦି ସବୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରୁଛି, ମୁଁ ମନ ନୁହେଁ ।' ତାପରେ ମନକୁ ଦେଖ । ଭାବ, ମନଠାରୁ ତୁମେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପୃଥକ୍ । ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ନିଜକୁ ଅଭିନ୍ନ ଭାବେ ଚିନ୍ତା କର, ଜଡ଼ବସ୍ତୁ ବା ମନ ସହିତ ନିଜକୁ ଏକ କରିଦିଅ ନାହିଁ ।

କଳ୍ପନା କର ଯେ ମନ ତୁମ ସମ୍ମୁଖରେ ପ୍ରସାରିତ ଗୋଟିଏ ନିସ୍ତରଙ୍ଗ ହ୍ରଦ ପରି ଏବଂ ଯେଉଁ ଚିନ୍ତାଗୁଡ଼ିକ ମନରେ ଥରେ ଉଠି ଅନ୍ତର୍ହିତ ହୁଏ, ସେଗୁଡ଼ିକ ଯେପରି ହ୍ରଦର ବୁଦ୍‌ବୁଦ ପରି । ଚିନ୍ତାଗୁଡ଼ିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବାକୁ କୌଣସି ଚେଷ୍ଟା କର ନାହିଁ, କଳ୍ପନାଚକ୍ଷୁରେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ କେବଳ ସାକ୍ଷୀ ପରି ଦେଖିଯାଅ—କିପରି ସେଗୁଡ଼ିକ ଭାସିଯାଉଛି । ଗୋଟିଏ ପୁଷ୍କରିଣୀରେ ପ୍ରସ୍ତର ଖଣ୍ଡଟିଏ ଫୋପାଡ଼ିଲେ ଯେପରି ପ୍ରଥମେ ଘନ ଘନ ତରଙ୍ଗ ଉଠେ ଓ ପରେ ତରଙ୍ଗର ପରିଧି ଯେତେ ବଢ଼ୁଥାଏ ତରଙ୍ଗ ମଧ୍ୟ ସେତିକି କମୁଥାଏ, ଠିକ୍ ସେହିପରି ମନକୁ ଛାଡ଼ିଦେଲେ ତା'ର ଚିନ୍ତାର ପରିଧି ଯେତେ ବଢ଼ୁଥିବ, ମନୋବୃତ୍ତି ମଧ୍ୟ ସେତେ କମି ଆସିବ । କିନ୍ତୁ ଆମକୁ ଏହି ପ୍ରଣାଳୀ ଓଲଟାଇ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ପ୍ରଥମେ ଗୋଟିଏ ଚିନ୍ତାର ବଡ଼ ବୃତ୍ତରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ତାକୁ ଛୋଟ କରି କରି ଯେତେବେଳେ ମନ ଗୋଟିଏ ବିନ୍ଦୁରେ ଆସି ପହଞ୍ଚିବ, ସେତେବେଳ ତାକୁ ସେଠାରେ ସ୍ଥିର କରି ରଖିବାକୁ ହେବ । ଧାରଣା କର ଯେ ମୁଁ ମନ ନୁହେଁ, ମୁଁ ଦେଖୁଛି— ମୁଁ ଚିନ୍ତା କରୁଛି, ମୁଁ ମୋ ମନର ଗତିବିଧି ଲକ୍ଷ୍ୟ କରୁଛି । ଏହିପରି ଆରୋପ କରୁ କରୁ ନିଜ ସହିତ ମନର ଯେଉଁ ଅଭିନ୍ନ ଭାବ, ତାହା ଦିନକୁ ଦିନ କମିଆସିବ ଏବଂ ପରିଶେଷରେ ନିଜକୁ ମନଠାରୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ପୃଥକ୍ କରିପାରିବ ଓ ବୁଝିପାରିବ ଯେ ମନ ତୁମଠାରୁ ପୃଥକ୍ ।

ଯେତେବେଳେ ଏହି ଅଭ୍ୟାସରେ ତୁମେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେବ, ସେତେବେଳେ ମନ ତୁମର ଭୃତ୍ୟ ହୋଇଯିବ । ତାକୁ ତୁମେ ଇଚ୍ଛା ଅନୁସାରେ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିପାରିବ । ଯୋଗୀ ହେବାର ପ୍ରଥମ ସ୍ତର ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବା । ଯେତେବେଳ ଆମେ ମନକୁ ଜୟ କରୁ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ସାଧନାର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ସ୍ତରରେ ପହଞ୍ଚିଯାଉ ।

ଯେତେ ଦୂର ସମ୍ଭବ ଏକୁଟିଆ ରହିବ । ଆସନ ଅତି ଉଚ୍ଚ ହେବ ନାହିଁ । ତଳେ କୁଶାସନ ରହିବ, ତା' ଉପରେ ମୃଗଚର୍ମ । ତା' ଉପରେ ରେଶମ କିମ୍ବା ପଟ୍ଟବସ୍ତ୍ର ବିଛାଇବା ଆଉଜି କରି ବସିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଆସନ ଯେପରି ଦୃଢ଼ ହୁଏ ।

ସର୍ବପ୍ରକାର ଚିନ୍ତା ତ୍ୟାଗ କରି ମନକୁ ଖାଲି କରିଦିଅ, ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ଚିନ୍ତା ମନରେ ଉଠିବ, ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ତାକୁ ଦୂର କରିଦିଅ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ କରିବାକୁ ହେଲେ ଜଡ଼ବସ୍ତୁ ଏବଂ ଆମ ଦେହକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବାକୁ ହେବ । ବାସ୍ତବ ପକ୍ଷେ ମନୁଷ୍ୟର ସମଗ୍ର

ଜୀବନ ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଉପନୀତ ହେବା ନିମିତ୍ତ ଏକ ଅବିରାମ ଚେଷ୍ଟା ।

ଚିନ୍ତାଗୁଡ଼ିକ ଛବିସଦୃଶ । ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଆମେ ସୃଷ୍ଟି କରିନାହୁଁ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଧ୍ୱନି ବା ଶବ୍ଦର ଅର୍ଥ ଅଛି, ଆମ ପ୍ରକୃତି ସହିତ ଏଗୁଡ଼ିକ ଜଡ଼ିତ ।

ଆମର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଆଦର୍ଶ ହେଉଛନ୍ତି ଈଶ୍ୱର । ତାଙ୍କର ଧ୍ୟାନ କର । ଆମେ ଜ୍ଞାତାକୁ ଜାଣିପାରୁ ନାହିଁ, କାରଣ ସେ ଆମର ଆତ୍ମା । ଅଶୁଭ ଦେଖିବାଦ୍ୱାରା ଆମେ ନିଜେ ଅନର୍ଥର ସୃଷ୍ଟି କରୁ । ଆମ ଅନ୍ତରରେ ଯାହା ଅଛି, ବାହାରେ ତାହା ହିଁ ଦେଖୁ । କାରଣ ଜଗତଟା ଆମର ଦର୍ପଣ ସଦୃଶ ।

ଆମର ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ଦେହଟା ଆମଦ୍ୱାରା ସୃଷ୍ଟ ଗୋଟିଏ ଦର୍ପଣ ପରି । ପ୍ରକୃତ ପକ୍ଷରେ ସାରାବିଶ୍ୱ ହିଁ ଆମର ଶରୀର । ସର୍ବଦା ଏହିପରି ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ, ତେବେଯାଇ ଆମେ ବୁଝିପାରିବୁ ଯେ ଆମର ମୃତ୍ୟୁ ନାହିଁ, ଆମେ କାହାରିକୁ ଆଘାତ କରିପାରୁନାହିଁ । କାରଣ ଯାହାକୁ ଆଘାତ କରିବୁ ସେ ମଧ୍ୟ 'ମୁଁ' । ଆମର ଜନ୍ମ ନାହିଁ, ମୃତ୍ୟୁ ନାହିଁ; ଆମର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ସକଳ ପ୍ରାଣୀଙ୍କୁ ଭଲ ପାଇବା ।

'ଏହି ବିଶ୍ୱଜଗତ ମୋର ଶରୀର, ଜଗତରେ ସମଗ୍ର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ଆନନ୍ଦ ମୋର; କାରଣ ସବୁକିଛି ଏହି ବିଶ୍ୱର ଅନ୍ତର୍ଗତ । କହ, ମୁଁ ହିଁ ଏହି ବିଶ୍ୱଜଗତ' । ପରିଶେଷରେ ବୁଝିପାରିବ ଯେ ଆମର ସକଳ କର୍ମ ହିଁ ଆମ ଅନ୍ତରରୁ ଆସି ଦର୍ପଣରେ ପ୍ରତିଫଳିତ ହେଉଛି ।

ଆମେ ନିଜକୁ ଏକ କ୍ଷୁଦ୍ର ତରଙ୍ଗ ସଦୃଶ ମନେକଲେ ସୁଦ୍ଧା ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କ ପଶ୍ଚାତ୍‌ରେ ଏକ ଅଖଣ୍ଡ ସମୁଦ୍ର ବିଦ୍ୟମାନ ଅଛି ଓ ଆମେ ସମସ୍ତେ ତାହା ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ । ସମୁଦ୍ର ବ୍ୟତୀତ ତରଙ୍ଗ ରହିପାରେ ନାହିଁ ।

ସଠିକ୍ ଭାବରେ ନିୟୋଜିତ ହେଲେ କଳ୍ପନା ଆମର ପରମ ବନ୍ଧୁ ପରି କାର୍ଯ୍ୟ କରେ । କଳ୍ପନା ଯୁକ୍ତିର ରାଜ୍ୟକୁ ଅତିକ୍ରମ କରେ ଏବଂ କଳ୍ପନାର ଆଲୋକ ହିଁ ଆମକୁ ସର୍ବତ୍ର ନେଇଯାଏ ।

ସକଳ ପ୍ରେରଣା ଆମର ଅନ୍ତରରୁ ଜାଗ୍ରତ ହୁଏ । ତେଣୁ ଆମେ ଅନ୍ତରର ଉଚ୍ଚତର ପ୍ରେରଣାରେ ନିଜକୁ ଉଦ୍‌ବୁଦ୍ଧ କରିବୁ ।

ପଞ୍ଚମ ପାଠ

ପ୍ରତ୍ୟାହାର ଓ ଧାରଣା । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କହିଛନ୍ତି, 'ଯେ ଯେଉଁ ପଥ ଦେଇ ସନ୍ଧାନ କରୁ ନା କାହିଁକି, ସମସ୍ତେ ମୋ ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚିବେ—ସମସ୍ତେ ମୋ ନିକଟକୁ ଆସିବେ ।'* ପ୍ରତ୍ୟାହାରର ଅର୍ଥ ମନକୁ ଏକତ୍ରିତ କରି ଈପ୍ସିତ ବସ୍ତୁରେ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ କରିବାର ଚେଷ୍ଟା । ଏହାର ପ୍ରଥମ ସୋପାନ—ମନକୁ ଛାଡ଼ିଦେଇ ତା' ଉପରେ ଦୃଷ୍ଟି ରଖିବା । ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ଚିନ୍ତାରେ ବିଶେଷ ଦୃଷ୍ଟି ଦେବ, ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ସେହି ଚିନ୍ତା ଚାଲିଯିବ; କିନ୍ତୁ ଚିନ୍ତାଗୁଡ଼ିକୁ ଜୋର୍‌କରି ବନ୍ଦ କରିବାର ଚେଷ୍ଟା କର ନାହିଁ, କେବଳ ସାକ୍ଷୀ ହୋଇ ଦେଖିଯାଅ । ମନ ଆତ୍ମା ନୁହେଁ, ମନ ଜଡ଼ର ଗୋଟିଏ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଅବସ୍ଥା ମାତ୍ର । ସ୍ନାୟୁର ଶକ୍ତିଦ୍ୱାରା ଏହାକୁ ଆୟତ୍ତ କରି ନିଜ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସାଧନ ପାଇଁ ମନକୁ କାମରେ ଲଗାଇବାକୁ ହେବ ।

ଦେହ ମନର ବହିଃପ୍ରକାଶ ମାତ୍ର । କିନ୍ତୁ ଆମେ ଆତ୍ମା, ଦେହ-ମନର ଅତୀତ । ଆମେ ଅନନ୍ତ, ଅପରିବର୍ତ୍ତନୀୟ ସାକ୍ଷୀସ୍ୱରୂପ ଆତ୍ମା । ଦେହ ଚିନ୍ତାର ଘନୀଭୂତ ରୂପ ।

ଯଦି ବାମ ନାସା ଦେଇ ନିଃଶ୍ୱାସ ଯାଉଥିବ, ତାହା ଆମ ବିଶ୍ରାମର ସମୟ; ଯଦି ଦକ୍ଷିଣ ନାସା ଦେଇ ନିଃଶ୍ୱାସ ଯାଉଥିବ, ତାହା କାମ କରିବାର ସମୟ; ଯେତେବେଳେ ଦୁଇ ନାସା ଦେଇ ନିଃଶ୍ୱାସ ଯାଉଥିବ, ସେତେବେଳେ ଧ୍ୟାନର ସମୟ । ଯେତେବେଳେ ଦେହ, ମନ ଶାନ୍ତ ହୋଇଆସିବ ଓ ଦୁଇ ନାସା ଦେଇ ସମାନଭାବେ ନିଃଶ୍ୱାସ ଯିବ, ସେତେବେଳେ ଜାଣିବାକୁ ହେବ ଯେ ଆମର ଧ୍ୟାନର ଅବସ୍ଥା ଆସିଛି । ପ୍ରଥମରୁ ଜୋର୍ କରି ମନକୁ ଏକାଗ୍ର କରିବାର ଚେଷ୍ଟା କଲେ କୌଣସି ଲାଭ ହୁଏ ନାହିଁ । ଚିନ୍ତାର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଆପେ ଆପେ ହୋଇଯିବ ।

ଅଙ୍ଗୁଷ୍ଠ ଓ ଅନାମିକା ସାହାଯ୍ୟରେ ବହୁଦିନ ଧରି ଏହି ପ୍ରାଣାୟାମ ଅଭ୍ୟାସ କଲା ପରେ, କେବଳ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିଦ୍ୱାରା ଏହା କରାଯାଏ ।

ଏହାପରେ ପ୍ରାଣାୟାମର ଅଳ୍ପ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଦରକାର । ଯେଉଁ ସାଧକମାନେ ଇଷ୍ଟମନ୍ତ୍ର ପାଇଛନ୍ତି, ସେମାନେ ରେଚକ ଓ ପୂରକ ସମୟରେ 'ଓଁ' ମନ୍ତ୍ର ପରିବର୍ତ୍ତେ ଇଷ୍ଟମନ୍ତ୍ର ଏବଂ କୁମ୍ଭକ ସମୟରେ 'ହୁଁ' ମନ୍ତ୍ର ଜପ କରିବେ ।

କୁମ୍ଭକ ସମୟରେ ଯେତେବେଳେ 'ହୁଁ' ମନ୍ତ୍ର ଜପ କରିବ, ସେତେବେଳେ କଳ୍ପନା କରିବ ଯେ ସେହି ଧୃତ ନିଃଶ୍ୱାସ ପୁନଃପୁନଃ କୁଣ୍ଡଳିନୀର ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଆଘାତ କରୁଛି ଏବଂ ଫଳରେ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଜାଗରିତ ହେଉଛି । ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସହିତ ନିଜକୁ ଅଭିନ୍ନ ମନେକର । ଧ୍ୟାନ କରିବାର କିଛି କ୍ଷଣ ପରେ ଆମେ ବୁଝିପାରିବା ଯେ, ଚିନ୍ତାଗୁଡ଼ିକ କିପରି ଭାବରେ ଆସୁଛି ଓ ଆମେ କଅଣ ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ଯାଉଛୁ—ତାହା ସବୁ ବୁଝିପାରିବୁ । ଜାଗ୍ରତ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମେ ଯେପରି କୌଣସି ଲୋକକୁ ଆସୁଥିବା ଦେଖୁ, ଏହା ମଧ୍ୟ ପ୍ରାୟ ସେହିପରି । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ମନରୁ ଆତ୍ମାକୁ ପୃଥକ୍ କରିପାରିବା, ସେତେବେଳେ ଆମେ ବୁଝିପାରିବା ଯେ ଆମେ ଏବଂ ଆମର ଚିନ୍ତା ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ପୃଥକ୍, ସେତେବେଳେ ଆମେ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରିବୁ । ଚିନ୍ତାଗୁଡ଼ିକ ଯେପରି ତୁମକୁ ଆୟତ୍ତ କରି ନ ପାରେ, ସର୍ବଦା ନିଜକୁ ଦୂରରେ ରଖିବ । ତାହାହେଲେ ସେଗୁଡ଼ିକ ନିଜେ ନିଜେ ବିଲୀନ ହୋଇଯିବେ ।

* 'ଯେ ଯଥା ମାଂ ପ୍ରପଦ୍ୟନ୍ତେ ତାଂସ୍ତଥୈବ ଭଜାମ୍ୟହମ୍'-ଗୀତା,୪/୧୧

ସତ୍‌ଚିନ୍ତାଗୁଡ଼ିକୁ ଅନୁସରଣ କର, ଯେତେବେଳେ ସେଗୁଡ଼ିକ ସ୍ତିମିତ ହୋଇଯିବେ, ସେତେବେଳେ ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍ ଭଗବାନଙ୍କର ଦର୍ଶନ ଲାଭ କରିବ । ଏହା ହିଁ ହେଉଛି ଅତିଚେତନ ଅବସ୍ଥା । ଭାବ ଯେତେବେଳେ ସ୍ତିମିତ ହୋଇ ଆସିବ, ସେତେବେଳେ ତା'ର ଅନୁସରଣ କରି ତୁମେ ମଧ୍ୟ ବିଲୀନ ହୋଇଯାଅ ।

ଦ୍ୟୁତି ଅନ୍ତର୍ଜ୍ୟୋତିର ପ୍ରତୀକ, ଯୋଗୀ ତାହା ଦେଖିପାରନ୍ତି । ସମୟେ ସମୟେ ଆମେ ଏକ ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ ପୁରୁଷଙ୍କ ମୁଖମଣ୍ଡଳ ଦେଖୁ, ଯାହାର ଦର୍ଶନରେ ତାଙ୍କ ଚରିତ ସମ୍ପର୍କରେ ଆମର ନିଶ୍ଚିତ ଧାରଣା ହୁଏ । ଭାବଚକ୍ଷୁ ଦ୍ୱାରା ହୁଏତ ଆମେ ଦେଖିବୁ ଯେ ଇଷ୍ଟମୂର୍ତ୍ତି ଆମ ସମ୍ମୁଖକୁ ଆସିଛନ୍ତି ଏବଂ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରତୀକରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରି ଆମେ ମନକୁ ସହଜରେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଏକାଗ୍ର କରିପାରୁ ।

ଯଦିଓ ଆମେ ସକଳ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କଦ୍ୱାରା କଳ୍ପନା କରିପାରୁ, ତଥାପି ଚକ୍ଷୁ ସାହାଯ୍ୟରେ ଆମେ ସାଧାରଣତଃ କଳ୍ପନା କରୁ । ତା'ହେଲେ ଆମେ ଦେଖୁଛୁ ଯେ ଅର୍ଦ୍ଧେକ ଜଡ଼ଭାବାପନ୍ନ, ଅର୍ଥାତ୍ ମାନସିକ ଚିତ୍ର ବ୍ୟତୀତ ଆମେ ଚିନ୍ତା କରିପାରୁନାହିଁ । ପଶୁମାନେ ଚିନ୍ତା କରନ୍ତି ବୋଲି ମନେ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କର ଯେହେତୁ ଭାଷା ନାହିଁ, ବୋଧହୁଏ ଭାବ ଓ ପ୍ରତୀକ ମଧ୍ୟରେ କୌଣସି ଅବିଚ୍ଛେଦ୍ୟ ସଂପର୍କ ନାହିଁ ।

ଯୋଗ କରିବା ସମୟରେ କୌଣସି ଏକ କଳ୍ପନାକୁ ଧାରଣା କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବ; କିନ୍ତୁ ସାବଧାନ, ତାହା ଯେପରି ପବିତ୍ର ହୁଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଲୋକର କଳ୍ପନାଶକ୍ତିର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ଅଛି । ତୁମ ପକ୍ଷରେ ଯାହା ଅତି ସ୍ୱାଭାବିକ, ତାହା ଅନୁସରଣ କର; ତାହା ତୁମ ପାଇଁ ସବୁଠାରୁ ସହଜ ହେବ ।

ପୂର୍ବ ପୂର୍ବ ଜନ୍ମର କୃତକର୍ମର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଫଳ ଆମର ଏହି ବର୍ତ୍ତମାନ ଜୀବନ । ବୌଦ୍ଧମାନେ କହନ୍ତି, 'ଗୋଟିଏ ପ୍ରଦୀପରୁ ଆଉ ଗୋଟିଏ ପ୍ରଦୀପ ଜଳିଉଠେ । ପ୍ରଦୀପ ପୃଥକ୍, କିନ୍ତୁ ଆଲୋକ ଏକ ।'

ସର୍ବଦା ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ରହ ଓ ସାହସ ଅବଲମ୍ବନ କର । ପ୍ରତିଦିନ ସ୍ନାନ କରିବ; ଧୈର୍ଯ୍ୟ, ପବିତ୍ରତା, ଅଧ୍ୟବସାୟ—ଏହିସବୁ ଗୁଣ ଥିଲେ ତୁମେ ଯୋଗୀ ହୋଇପାରିବ । ତରବର ହୋଇ କିଛି କରିବ ନାହିଁ, କୌଣସି ଅଲୌକିକ ଶକ୍ତି ଆସିଲେ ସେଗୁଡ଼ିକ ଯେପରି ତୁମକୁ ପ୍ରଲୋଭିତ କରି ଠିକ୍ ପଥରୁ ଘୁଞ୍ଚାଇ ନ ନିଏ, ସେଥିପ୍ରତି ସାବଧାନ ରହିବ । ସେଗୁଡ଼ିକ ଦୂରକୁ ଫିଙ୍ଗିଦେଇ ତୁମର ଲକ୍ଷ୍ୟକୁ ଧରି ରଖିବ । କେବଳ ସେହି ଚିରନ୍ତନଙ୍କୁ ଖୋଜ, ଯାହାଙ୍କର ସନ୍ଧାନ ପାଇଲେ ଆମର ଚିର ବିଶ୍ରାମ ଲାଭ ହେବ । ପୂର୍ଣ୍ଣତ୍ୱ ଲାଭ ପରେ ଆମର କୌଣସି କାମନା ରହେ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ଚିରମୁକ୍ତ— ସତ୍ତାସ୍ୱରୂପ ।

ସତ୍‌ସ୍ୱରୂପ, ଚିଦ୍‌ସ୍ୱରୂପ, ଆନନ୍ଦସ୍ୱରୂପ ।

ଷଷ୍ଠ ପାଠ

ସବିକଳ୍ପ ଓ ସୁଷୁମ୍ନା । ସୁଷୁମ୍ନାର ଧ୍ୟାନ କରିବା ବିଶେଷ ପ୍ରୟୋଜନ । ଭାବଚକ୍ଷୁରେ ହୁଏତ କେତେବେଳେ ଏହାର ଦର୍ଶନ ମିଳିଯାଇପାରେ । ଏଭଳି ଦର୍ଶନ ପାଇଲେ ଅଧିକ ସମୟ ଧରି ତା'ର ଧ୍ୟାନ କରିବ । ସୁଷୁମ୍ନା ଗୋଟିଏ ଅତି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ, ସୂତ୍ରାକାର, ପ୍ରାଣମୟ ପଥ—ମେରୁଦଣ୍ଡ ଭିତର ଦେଇ ଗତି କରିଛି । ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ଏହି କୁଣ୍ଡଳିନୀକୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱଗାମୀ କରିବାକୁ ହେବ ।

ଯୋଗୀମାନଙ୍କ ଭାଷାରେ ସୁଷୁମ୍ନାର ଦୁଇଟି ପ୍ରାନ୍ତ ଦୁଇଟି ପଦ୍ମରେ ଅବସ୍ଥିତ; ନିମ୍ନ ପଦ୍ମଟି କୁଣ୍ଡଳିନୀର ତ୍ରିକୋଣକୁ ଘେରି ରହିଛି, ଏବଂ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱପଦ୍ମଟି ବ୍ରହ୍ମରନ୍ଧ୍ରରେ ସହସ୍ରାରକୁ ଘେରି ରହିଛି । ଏହି ଦୁଇଟି ମଧ୍ୟରେ ଆହୁରି ପାଞ୍ଚଟି* ପଦ୍ମ ଅଛି ।

ଉପରଆଡୁ ନିମ୍ନର ଅବସ୍ଥାଗୁଡ଼ିକର ଅର୍ଥାତ୍ ପଦ୍ମଗୁଡ଼ିକର ନାମ:-

ସପ୍ତମ – ସହସ୍ରାର – ମସ୍ତକରେ ।
ଷଷ୍ଠ – ଆଜ୍ଞାଚକ୍ର – ଭ୍ରୂଦ୍ୱୟ ମଧ୍ୟରେ ।
ପଞ୍ଚମ – ବିଶୁଦ୍ଧ – କଣ୍ଠରେ ।
ଚତୁର୍ଥ – ଅନାହତ – ବକ୍ଷରେ ବା ହୃଦୟରେ ।
ତୃତୀୟ – ମଣିପୁର – ନାଭିମଣ୍ଡଳରେ ।
ଦ୍ୱିତୀୟ – ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନ – ଉଦରର ନିମ୍ନଭାଗରେ ।**
ପ୍ରଥମ – ମୂଳାଧାର – ମେରୁଦଣ୍ଡର ନିମ୍ନଭାଗରେ ।

ପ୍ରଥମେ କୁଣ୍ଡଳିନୀକୁ ଜାଗ୍ରତ କରିବାକୁ ହେବ, ତା'ପରେ ଗୋଟିଏ ପରେ ଗୋଟିଏ ପଦ୍ମ ଭେଦକରି ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଉଠାଇବାକୁ ପଡ଼ିବ; ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ପହଞ୍ଚିଛି ଏହିପରି କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅବସ୍ଥା ବା ଭୂମି ମନର ନୂତନ ନୂତନ ସ୍ତର ।

---

* ଇଂରାଜୀ ସଂସ୍କରଣରେ ଅଛି–'four other lotuses' ।

** ଇଂରାଜୀ ସଂସ୍କରଣରେ ଦ୍ୱିତୀୟ ଓ ତୃତୀୟ ଚକ୍ରକୁ ଏକତ୍ର ନିଆହୋଇଛି ।

ରାଜଯୋଗ

(ଅଥବା ଅନ୍ତଃପ୍ରକୃତି—ଜୟ)

ଆତ୍ମା ମାତ୍ରେ ହିଁ ଅବ୍ୟକ୍ତ ବ୍ରହ୍ମ ।

ବାହ୍ୟ ଓ ଅନ୍ତଃପ୍ରକୃତିକୁ ବଶୀଭୂତ କରି ଆତ୍ମାର ଏହି ବ୍ରହ୍ମଭାବ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ହିଁ ଜୀବନର ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟ ।

କର୍ମ, ଉପାସନା, ମନଃସଂଯମ ଅଥବା ଜ୍ଞାନ—ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଏକ, ଏକାଧିକ ବା ସକଳ ଉପାୟଦ୍ୱାରା ନିଜର ବ୍ରହ୍ମଭାବ ବ୍ୟକ୍ତ କର ଓ ମୁକ୍ତ ହୁଅ ।

ଏହା ହିଁ ଧର୍ମର ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ସ୍ୱରୂପ । ମତବାଦ, ଅନୁଷ୍ଠାନ-ପଦ୍ଧତି, ଶାସ୍ତ୍ର, ମନ୍ଦିର ବା ଅନ୍ୟ ବାହ୍ୟ କ୍ରିୟାକଳାପ ଏହାର ଗୌଣ ଅଙ୍ଗପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗ ମାତ୍ର ।


ओं तत सत

ଭୂମିକା

ପୃଥିବୀ-ଇତିହାସର ପ୍ରାରମ୍ଭରୁ ମନୁଷ୍ୟ-ସମାଜରେ ବିହୁବିଧ ଅଲୌକିକ ଘଟଣାର ଉଲ୍ଲେଖ ଦେଖାଯାଏ । ବର୍ତ୍ତମାନ ମଧ୍ୟ ଯେଉଁ ସକଳ ସମାଜ ଆଧୁନିକ ବିଜ୍ଞାନର ପୂର୍ଣ୍ଣାଲୋକରେ ବାସ କରୁଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବି ଏହିପରି ଘଟନାଗୁଡ଼ିକର ସାକ୍ଷ୍ୟପ୍ରଦାନକାରୀ ମନୁଷ୍ୟର ଅଭାବ ନାହିଁ । ଏହିସବୁ ପ୍ରମାଣର ଅଧିକାଂଶ ହିଁ ବିଶ୍ୱାସର ଅଯୋଗ୍ୟ, କାରଣ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣଙ୍କ ନିକଟରୁ ଏହି ସକଳ ପ୍ରମାଣ ମିଳେ, ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅନେକେ ହିଁ ଅଜ୍ଞ କୁସଂସ୍କାରାଚ୍ଛନ୍ନ ବା ପ୍ରତାରକ । ଅନେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ହିଁ ତଥାକଥିତ ଅଲୌକିକ ଘଟଣାଗୁଡ଼ିକ କେବଳ ଅନୁକରଣ ମାତ୍ର । କିନ୍ତୁ ଏଗୁଡ଼ିକ କାହାର ଅନୁକରଣ ? ଯଥାର୍ଥ ଅନୁସନ୍ଧାନ ନ କରି କୌଣସି କଥା ଏକାବେଳକେ ବିଶ୍ୱାସ ନ କରିବା ବୈଜ୍ଞାନିକ ମନର ପରିଚାୟକ ନୁହେଁ । ଯେଉଁମାନେ ଉପରଠାଉରିଆ ବୈଜ୍ଞାନିକ, ସେମାନେ ମନୋରାଜ୍ୟର ନାନା ପ୍ରକାର ଅଲୌକିକ ଘଟଣା-ପରମ୍ପରା ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିବା ପାଇଁ ଅସମର୍ଥ ହୋଇ ସେଗୁଡ଼ିକର ଅସ୍ତିତ୍ୱକୁ ଏକାବେଳକେ ଅସ୍ୱୀକାର କରିବାପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ସୁତରାଂ ଯେଉଁମାନେ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି ଯେ—ମେଘ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ କୌଣସି ପୁରୁଷବିଶେଷ ଅଥବା ଦେବତାଗଣ ରହି ସେମାନଙ୍କ ପ୍ରାର୍ଥନା ପୂର୍ଣ୍ଣ କରନ୍ତି ଓ ସେମାନଙ୍କ ପ୍ରାର୍ଥନାହେତୁ ପ୍ରାକୃତିକ ନିୟମର ବ୍ୟତିକ୍ରମ କରନ୍ତି, ସେହି ବିଶ୍ୱାସୀ ସମ୍ପ୍ରଦାୟଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ପୂର୍ବୋକ୍ତ ବୈଜ୍ଞାନିକଗଣ ଅଧିକତର ଦୋଷୀ । କାରଣ ବିନା ବିଚାରରେ ବିଶ୍ୱାସ କରି ଯାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଗଣଙ୍କୁ ଅଜ୍ଞତା ବା ବାଲ୍ୟକାଳର ଭ୍ରମପୂର୍ଣ୍ଣ ଶିକ୍ଷାପ୍ରଣାଳୀର ଦ୍ୱାହି ଦେଇ କ୍ଷମା କରାଯାଇପାରେ—କାରଣ ଏହି ଶିକ୍ଷା ସେମାନଙ୍କୁ ଏହିସବୁ ଦେବତାମାନଙ୍କ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିବା ପାଇଁ ଶିକ୍ଷା ଦେଇଛି ଏବଂ ତା' ଫଳରେ ଏହି ନିର୍ଭରତା ବର୍ତ୍ତମାନ ସେମାନଙ୍କର ଅବନତ ସ୍ୱଭାବର ଅଙ୍ଗୀଭୂତ ହୋଇ ଯାଇଅଛି; କିନ୍ତୁ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣଙ୍କୁ କେଉଁ ଦ୍ୱାହି ଦେଇ କ୍ଷମା କରାଯାଇପାରେ ?

ସହସ୍ର ସହସ୍ର ବର୍ଷ ଧରି ଲୋକମାନେ ଏହିପରି ଅଲୌକିକ ଘଟଣାବଳୀ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିଛନ୍ତି, ସେଗୁଡ଼ିକ ବିଷୟରେ ବିଶେଷ ଭାବେ ଚିନ୍ତା କରିଛନ୍ତି ଏବଂ ପରେ ତାହା ଭିତରୁ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ସାଧାରଣ ତତ୍ତ୍ୱ ବାହାର କରିଛନ୍ତି; ଏପରିକି ମନୁଷ୍ୟର ଧର୍ମପ୍ରବୃତ୍ତିର ଭିତ୍ତିଭୂମି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଶେଷରୂପେ ତନ୍ନ ତନ୍ନ କରି ବିଚାର କରାହୋଇଅଛି । ଏହି ସମୁଦାୟ ଚିନ୍ତା ଓ ବିଚାରର ଫଳ ଏହି ରାଜଯୋଗରୂପକ ବିଜ୍ଞାନ । ଯେଉଁ ସକଳ ଘଟଣା ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିବା ଦୁରୂହ, କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଆଧୁନିକ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନଙ୍କର ଅମାର୍ଜନୀୟ ଧାରା ଅବଲମ୍ବନ କରି ରାଜଯୋଗ ସେଗୁଡ଼ିକର ଅସ୍ତିତ୍ୱକୁ ଅସ୍ୱୀକାର କରେ ନାହିଁ, ବରଂ ଏହା ସୁସ୍ପଷ୍ଟ ଭାଷାରେ କୁସଂସ୍କାରାଚ୍ଛନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣଙ୍କୁ କହେ—ଅଲୌକିକ ଘଟଣା, ପ୍ରାର୍ଥନାର ଉତ୍ତର, ବିଶ୍ୱାସର ଶକ୍ତି-ଏଗୁଡ଼ିକ ସତ୍ୟ; କିନ୍ତୁ ମେଘ ସେପାରିରେ ରହି କୌଣସି ଦେବତା ଏହିସବୁ କାର୍ଯ୍ୟ ସଂପାଦନ କରୁଛନ୍ତି । ଏପରି କୁସଂସ୍କାରପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟାଖ୍ୟାଦ୍ୱାରା ଘଟଣା ଗୁଡ଼ିକ ବୁଝାଯାଏ ନାହିଁ । ରାଜଯୋଗ ସମଗ୍ର ମାନବଜାତିକୁ ଏହି ଶିକ୍ଷା ଦିଏ ଯେ, ଜ୍ଞାନ ଓ ଶକ୍ତିର ଅନନ୍ତ ସମୁଦ୍ର ଆମର ପଶ୍ଚାତ୍‌ରେ ରହିଅଛି, ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ତାହାର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ କ୍ଷୁଦ୍ର ପ୍ରଣାଳୀ ମାତ୍ର । ଏହା ଆହୁରି ଶିକ୍ଷା ଦିଏ ଯେ, ଅଭାବ ଓ ବାସନା ଯେପରି ମନୁଷ୍ୟର ଅନ୍ତରରେ ରହିଅଛି, ସେପରି ଏହିସବୁ ଅଭାବ ମୋଚନ କରିବାର ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ରହିଅଛି । ଯେତେବେଳେ ଆମର କୌଣସି ବାସନା, ଅଭାବ ବା ପ୍ରାର୍ଥନା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ

ବୁଝିବାକୁ ହେବ ଯେ ଏହି ଅନନ୍ତ ଶକ୍ତି-ଭଣ୍ଡାରରୁ ହିଁ ଏହିସବୁ ପ୍ରାର୍ଥନା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଉଅଛି, କୌଣସି ଅଲୌକିକ ପୁରୁଷଙ୍କଦ୍ୱାରା ନୁହେଁ । ଅତିପ୍ରାକୃତ ପୁରୁଷଙ୍କର ଧାରଣା ମନୁଷ୍ୟର କ୍ରିୟାଶକ୍ତିକୁ କିଛି ପରିମାଣରେ ଜାଗ୍ରତ କରିପାରେ ସତ, କିନ୍ତୁ ତାହାଦ୍ୱାରା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଅବନତି ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଫଳରେ ସ୍ୱାଧୀନତା ଚାଲିଯାଏ, ଭୟ ଓ କୁସଂସ୍କାର ଆସି ଆମ ହୃଦୟକୁ ଅଧିକାର କରେ ଏବଂ ଏହି ଭାବ ଶେଷରେ ଏକ ଭୟଙ୍କର ବିଶ୍ୱାସରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ହୁଏ ଯେ— ମନୁଷ୍ୟ ସ୍ୱଭାବତଃ ଦୁର୍ବଳ । ଯୋଗୀ କହନ୍ତି, ଅତିପ୍ରାକୃତ ବୋଲି କିଛି ନାହିଁ, ତେବେ ପ୍ରକୃତିର ସ୍ଥୂଳ ଓ ସୂକ୍ଷ୍ମ ବିବିଧ ପ୍ରକାଶ ବା ରୂପ ଅଛି—ଏହା ସତ୍ୟ । କାରଣ ସୂକ୍ଷ୍ମ, କାର୍ଯ୍ୟ ସ୍ଥୂଳ । ସ୍ଥୂଳକୁ ସହଜରେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଦ୍ୱାରା ଉପଲବ୍ଧି କରାଯାଏ, ସୂକ୍ଷ୍ମକୁ ସେପରି କରି ହୁଏ ନାହିଁ । ରାଜଯୋଗ ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ସୂକ୍ଷ୍ମତର ଅନୁଭୂତି ସକଳ ଆମର ଅର୍ଜିତ ହୋଇଥାଏ ।

ଭାରତବର୍ଷରେ ଯେତେ ବେଦମତାନୁଯାୟୀ ଦର୍ଶନଶାସ୍ତ୍ର ଅଛି ସେସବୁର ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ— ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଲାଭକରିବାଦ୍ୱାରା ହିଁ ଆତ୍ମାର ମୁକ୍ତି ହୋଇଥାଏ ଓ ଏହାର ଉପାୟ ଯୋଗ । 'ଯୋଗ' ଶବ୍ଦର ଅର୍ଥ ଖୁବ୍ ବ୍ୟାପକ । ସାଂଖ୍ୟ ଓ ବେଦାନ୍ତ— ଉଭୟ ମତ ହିଁ ଯୋଗର ସମର୍ଥନ କରନ୍ତି ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ଗ୍ରନ୍ଥର ଆଲୋଚ୍ୟ ବିଷୟ 'ରାଜଯୋଗ' ନାମରେ ପରିଚିତ । ରାଜଯୋଗର ଶାସ୍ତ୍ର ଓ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ପ୍ରମାଣିକ ଗ୍ରନ୍ଥ 'ପାତଞ୍ଜଳସୂତ୍ର' । କୌଣସି କୌଣସି ଦାର୍ଶନିକ ବିଷୟରେ ପତଞ୍ଜଳିଙ୍କ ସହିତ ମତଭେଦ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟ ଦାର୍ଶନିକଗଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ତାଙ୍କର ସାଧନ-ପ୍ରଣାଳୀକୁ ଅନୁମୋଦନ କରିଅଛନ୍ତି ।

ଏହି ପୁସ୍ତକର ପ୍ରଥମାଂଶରେ ଲେଖକ ନିଉୟର୍କରେ କେତେଜଣ ଛାତ୍ରଙ୍କୁ ଶିକ୍ଷା ଦେବା ପାଇଁ ଯେଉଁସବୁ ବକ୍ତୃତା ଦେଇଥିଲେ, ସେଗୁଡ଼ିକ ଗ୍ରଥିତ ହୋଇଅଛି । ଦ୍ୱିତୀୟାଂଶରେ ପତଞ୍ଜଳିଙ୍କ ସୂତ୍ରଗୁଡ଼ିକର ଭାବାନୁବାଦ ଏବଂ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ବ୍ୟାଖ୍ୟା ମଧ୍ୟ ଦିଆହୋଇଅଛି । ଯେତେଦୂର ସମ୍ଭବ, ପାରିଭାଷିକ ଶବ୍ଦ ବ୍ୟବହାର ନ କରି କଥୋପକଥନୋପଯୋଗୀ ସହଜ ଓ ସରଳ ଭାଷାରେ ଲେଖିବାର ଚେଷ୍ଟା କରାହୋଇଅଛି । ପ୍ରଥମାଂଶରେ ସାଧକମାନଙ୍କ ପାଇଁ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ସରଳ ଓ ବିଶେଷ ଉପଦେଶ ଦିଆଯାଇଅଛି; କିନ୍ତୁ ସେମାନଙ୍କୁ ବିଶେଷ ଭାବରେ ସାବଧାନ କରି ଦିଆଯାଇଅଛି ଯେ, ଯୋଗର କୌଣସି କୌଣସି ସାମାନ୍ୟ ଅଙ୍ଗ ବ୍ୟତୀତ, ନିରାପଦରେ ଯୋଗଶିକ୍ଷା କରିବାକୁ ହେଲେ ଗୁରୁଙ୍କର ସାକ୍ଷାତ୍ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଯଦି କଥାବାର୍ତ୍ତା ଛଳରେ ପ୍ରଦତ୍ତ ଏହି ସକଳ ଉପଦେଶ ଲୋକଙ୍କ ମନରେ ଏ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆହୁରି ଅଧିକ ଜାଣିବାର ଇଚ୍ଛା ଉଦ୍ରେକ କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହୁଏ, ତେବେ ଗୁରୁଙ୍କର ଅଭାବ ହେବ ନାହିଁ ।

ପାତଞ୍ଜଳ-ଦର୍ଶନ ସାଂଖ୍ୟମତ ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ । ଏହି ଦୁଇ ମତ ମଧ୍ୟରେ (ସାଂଖ୍ୟ ଓ ଯୋଗ) ପ୍ରଭେଦ ଅତି ସାମାନ୍ୟ । ଦୁଇଟି ପ୍ରଧାନ ବିଭିନ୍ନତା ହେଲା: ପ୍ରଥମତଃ ପତଞ୍ଜଳି ଆଦିଗୁରୁସ୍ୱରୂପ ସଗୁଣ ଈଶ୍ୱର ସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ସାଂଖ୍ୟଗଣ କେବଳ ପ୍ରାୟପୂର୍ଣ୍ଣତାପ୍ରାପ୍ତ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି— ଯାହାଙ୍କ ଉପରେ ସାମୟିକ ଭାବରେ କୌଣସି କଳ୍ପରେ ଜଗତର ଶାସନଭାର ପ୍ରଦତ୍ତ ହୋଇଥାଏ, ତାହାଙ୍କୁ ମାତ୍ର ସ୍ୱୀକାର କରିଥାଆନ୍ତି । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ ଯୋଗୀମାନେ ମନକୁ ଆତ୍ମା ବା 'ପୁରୁଷ'ଙ୍କ ପରି ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ବୋଲି ସ୍ୱୀକାର କରିଥାଆନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ସାଂଖ୍ୟଗଣ ତାହା କରନ୍ତି ନାହିଁ ।

ଗ୍ରନ୍ଥକାର

ପ୍ରଥମ ଅଧ୍ୟାୟ
ଅବତରଣିକା

ଆମମାନଙ୍କର ସକଳ ଜ୍ଞାନ ଅଭିଜ୍ଞତା ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ । ଅନୁମାନିକ ଜ୍ଞାନ, ଅର୍ଥାତ୍ ସାମାନ୍ୟ (general)ରୁ ସାମାନ୍ୟତର ବା ସାମାନ୍ୟରୁ ବିଶେଷ (particular) ଜ୍ଞାନରେ ଉପନୀତ ହେବାର ଭିତ୍ତି ମଧ୍ୟ ଏହି ଅଭିଜ୍ଞତା । ଯେଉଁଗୁଡ଼ିକୁ ନିଶ୍ଚିତ-ବିଜ୍ଞାନ କହନ୍ତି, ସେଗୁଡ଼ିକର ସତ୍ୟତା ଲୋକେ ସହଜରେ ହିଁ ବୁଝିପାରନ୍ତି, କାରଣ ଏଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରଭାବ ଲୋକଙ୍କୁ ସହଜରେ ସ୍ପର୍ଶ କରେ । ବୈଜ୍ଞାନିକ ତୁମକୁ କୌଣସି ବିଷୟ ବିଶ୍ୱାସ କରିବାକୁ କହିବେ ନାହିଁ, ସେ ନିଜେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ବିଷୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭବ କରିଛନ୍ତି ଓ ସେଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ବିଚାର କରି କେତେଗୁଡ଼ିଏ ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଉପନୀତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ସେ ଆମମାନଙ୍କୁ ତାଙ୍କର ସେହି ସିଦ୍ଧାନ୍ତଗୁଡ଼ିକୁ ବିଶ୍ୱାସ କରିବା ପାଇଁ କହନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେ ଏକ ସାର୍ବଜନୀନ ଅନୁଭୂତି ନିକଟରେ ହିଁ ଆବେଦନ ଜ୍ଞାପନ କରିଥାନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ନିଶ୍ଚିତ-ବିଜ୍ଞାନର (exact science)* ଗୋଟିଏ ସାଧାରଣ ଭିତ୍ତିଭୂମି ଅଛି, ସେଥିରୁ ଲବ୍ଧ ସିଦ୍ଧାନ୍ତସମୂହ ଠିକ୍ କି ଭୁଲ, ତାହା ଆମେ ସହଜରେ ନିଶ୍ଚିତ କରିପାରୁ । ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରଶ୍ନ ହେଲା— ଧର୍ମର ଏପରି କୌଣସି ସାଧାରଣ ଭିତ୍ତିଭୂମି ଅଛି କି ନାହିଁ ? ଏହାର ଉତ୍ତରରେ ମୋତେ 'ହଁ' ଏବଂ 'ନାହିଁ'—ଏହି ଉଭୟ କହିବାକୁ ହେବ ।

ପୃଥିବୀରେ ସର୍ବତ୍ର ଧାରଣା ରହିଛି ଯେ— ଧର୍ମ କେବଳ ବିଶ୍ୱାସ ଓ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଉପରେ ସ୍ଥାପିତ ଏବଂ ଅଧିକାଂଶ ସ୍ଥଳରେ ତାହା ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ମତର ସମଷ୍ଟି ମାତ୍ର । ଏହିସବୁ କାରଣରୁ ଧର୍ମଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ଆମେ ଏତେ ବିବାଦ-ବିସମ୍ବାଦ ଦେଖିଥାଉ । ଜଣେ ହୁଏତ କହିଲେ, ମେଘ ଉପରେ ଜଣେ ମହାନ୍ ପୁରୁଷ ଅଛନ୍ତି, ସେ ସମଗ୍ର ଜଗତ ଶାସନ କରୁଛନ୍ତି । ବକ୍ତା ମୋତେ ତାଙ୍କ କଥା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ଏହା ବିଶ୍ୱାସ କରିବାକୁ କହନ୍ତି । ମୋର ମଧ୍ୟ ନିଜସ୍ୱ ମତ ଥାଇପାରେ । ମୁଁ ଅନ୍ୟକୁ ତାହା ବିଶ୍ୱାସ କରିବା ପାଇଁ କହୁଅଛି । ଯଦି ସେମାନେ ଏହି ବିଶ୍ୱାସର କାରଣ ପଚାରନ୍ତି, ମୁଁ ସେମାନଙ୍କୁ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଯୁକ୍ତି ଦେଖାଇପାରେ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ ଆଜିକାଲି ଧର୍ମ ଓ ଦର୍ଶନଶାସ୍ତ୍ର ଉପରେ ଲୋକମାନେ ଅଶ୍ରଦ୍ଧା କରନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶିକ୍ଷିତ ବ୍ୟକ୍ତି ଯେପରିକି କହିବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି, 'ଏହିସବୁ ଧର୍ମ ତ କେବଳ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ମତବାଦ ମାତ୍ର, ଏଗୁଡ଼ିକର ସତ୍ୟତା ବିଚାରର କୌଣସି ମାନଦଣ୍ଡ ନାହିଁ, ଯାହାର ଯାହା ଇଚ୍ଛା ସେ ତାହା ପ୍ରଚାର କରିବାରେ ବ୍ୟସ୍ତ ।' ତଥାପି ଧର୍ମବିଶ୍ୱାସର ଏକ ସାର୍ବଭୌମ ମୂଳଭିତ୍ତି ଅଛି । ଏହା ହିଁ ବିଭିନ୍ନ ଦେଶର, ବିଭିନ୍ନ ସମ୍ପ୍ରଦାୟର, ବିଭିନ୍ନ ମତବାଦ ଓ ସର୍ବବିଧ ଧାରଣାସମୂହର ନିୟାମକ । ଏଗୁଡ଼ିକର ମୂଳଦେଶକୁ ଗଲେ ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବା ଯେ, ଏଗୁଡ଼ିକ ସାର୍ବଜନୀନ ଅଭିଜ୍ଞତା ଓ ଅନୁଭୂତି ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ।

---

*Exact science— ନିଶ୍ଚିତ-ଜ୍ଞାନ ଅର୍ଥାତ୍ ଯେଉଁସବୁ ବିଜ୍ଞାନର ତତ୍ତ୍ୱ ଏତେଦୂର ସଠିକ୍ ଭାବରେ ନିର୍ଣ୍ଣୀତ ହୋଇଅଛି ଯେ, ଗଣନା ସାହାଯ୍ୟରେ ସେମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଭବିଷ୍ୟତ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରାଯାଇପାରେ । ଯଥା-ଗଣିତ, ଗଣିତ-ଜ୍ୟୋତିଷ ଇତ୍ୟାଦି ।

ପ୍ରଥମତଃ, ପୃଥିବୀର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଧର୍ମସମୂହକୁ ଟିକିଏ ବିଶ୍ଳେଷଣ କଲେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ଯେ, ତାହା ଦୁଇ ଭାଗରେ ବିଭକ୍ତ । କେତେକଧର୍ମ ଶାସ୍ତ୍ର ବା ଗ୍ରନ୍ଥ ଅଛି, ଅନ୍ୟକେତେକର ତାହା ନାହିଁ । ଯେଉଁସବୁ ଶାସ୍ତ୍ର ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ, ସେସବୁ ସୁଦୃଢ଼; ସେସବୁର ଅନୁଗାମୀମାନଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା ମଧ୍ୟ ଅଧିକ । ଶାସ୍ତ୍ରଭିତ୍ତିହୀନ ଧର୍ମସକଳ ଲୁପ୍ତପ୍ରାୟ । ତଥାପି ଉକ୍ତ ସକଳ ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ମଧ୍ୟରେ ଐକ୍ୟ ହେଉଛି—ସେମାନଙ୍କର ଶିକ୍ଷା, ବିଶେଷ ବିଶେଷ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅଭିଜ୍ଞତାର ଫଳସ୍ୱରୂପ । ଖ୍ରୀଷ୍ଟିୟାନମାନେ ତାଙ୍କ ଧର୍ମରେ, ଯୀଶୁଖ୍ରୀଷ୍ଟଙ୍କ ପ୍ରତି ଓ ତାଙ୍କର ଅବତାରତ୍ୱରେ, ଈଶ୍ୱର ଓ ଆତ୍ମାର ଅସ୍ତିତ୍ୱରେ ଏବଂ ଆତ୍ମାର ଭବିଷ୍ୟତ ଉନ୍ନତିର ସମ୍ଭାବନାରେ ବିଶ୍ୱାସ କରିବାକୁ କହିବେ । ଯଦି ମୁଁ ସେମାନଙ୍କୁ ଏ ବିଶ୍ୱାସର କାରଣ ପଚାରେ, ସେ କହିବେ—'ଏହା ମୋର ବିଶ୍ୱାସ ।' ଯଦି ତୁମେ ଖ୍ରୀଷ୍ଟଧର୍ମର ମୂଳ ଉତ୍ସକୁ ଗମନ କର, ତା' ହେଲେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବ ଯେ, ତାହା ମଧ୍ୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭୂତି ଉପରେ ସ୍ଥାପିତ । ଯୀଶୁଖ୍ରୀଷ୍ଟ କହିଛନ୍ତି, 'ମୁଁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁଦର୍ଶନ କରିଅଛି ।' ତାଙ୍କର ଶିଷ୍ୟଗଣ ମଧ୍ୟ କହିଛନ୍ତି, 'ଆମେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଅନୁଭବ କରିଅଛୁ ।' ଏହିପରି ଆହୁରି ଅନେକ କଥା ଶୁଣାଯାଏ ।

ବୌଦ୍ଧଧର୍ମରେ ମଧ୍ୟ ଏହିପରି; ବୁଦ୍ଧଦେବଙ୍କ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷାନୁଭୂତି ଉପରେ ଏହି ଧର୍ମ ସ୍ଥାପିତ । ସେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ସତ୍ୟ ଅନୁଭବ କରିଥିଲେ, ସେଗୁଡ଼ିକଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ, ସେହି ସକଳ ସତ୍ୟର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିଥିଲେ ଏବଂ ସେଗୁଡ଼ିକ ହିଁ ଜଗତରେ ପ୍ରଚାର କରିଥିଲେ । ହିନ୍ଦୁଙ୍କ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମଧ୍ୟ ସେହି କଥା; ସେମାନଙ୍କ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଗ୍ରନ୍ଥକାର ଋଷିମାନେ କହିଯାଇଛନ୍ତି, 'ଆମେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ସତ୍ୟ ଅନୁଭବ କରିଅଛୁ ।' ସେମାନେ ସେହିଗୁଡ଼ିକୁ ହିଁ ଜଗତରେ ପ୍ରଚାର କରିଥିଲେ । ଅତଏବ ସ୍ପଷ୍ଟ ବୁଝାଗଲା ଯେ, ଜଗତର ସକଳ ଧର୍ମ ହିଁ ଜ୍ଞାନର ସାର୍ବଭୌମ ଓ ସୁଦୃଢ଼ ଭିତ୍ତି—ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷାନୁଭୂତି ଉପରେ ସ୍ଥାପିତ । ସକଳ ଧର୍ମାଚାର୍ଯ୍ୟ ହିଁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ । ସେମାନେ ସମସ୍ତେ ଆତ୍ମଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ; ସମସ୍ତେ ହିଁ ନିଜ ନିଜର ଭବିଷ୍ୟତ ଦେଖିଥିଲେ—ନିଜର ଅନନ୍ତ ସ୍ୱରୂପ ଅବଗତ ହୋଇଥିଲେ । ସେମାନେ ଯାହା ଦେଖିଥିଲେ ତାହା ହିଁ ପ୍ରଚାର କରିଯାଇଛନ୍ତି । ତେବେ ପ୍ରଭେଦ ଏତିକି ଯେ, ପ୍ରାୟ ସକଳ ଧର୍ମରେ ଏବେ ଗୋଟିଏ ଅଦ୍ଭୁତ ଦାବୀ ଆମ ସମ୍ମୁଖରେ ଉପସ୍ଥାପିତ କରାହୁଏ ଯେ ବର୍ତ୍ତମାନର ଯୁଗରେ ଏହି ସକଳ ଐଶ୍ୱରିକ ଅନୁଭୂତି ଅସମ୍ଭବ । କେବଳ ଯେଉଁମାନେ ଧର୍ମର ପ୍ରଥମ ସଂସ୍ଥାପକ ଥିଲେ ଏବଂ ପରେ ଯେଉଁମାନଙ୍କ ନାମରେ ଏହିସବୁ ଧର୍ମ ପ୍ରଚଳିତ ହେଲା, କେବଳ ସେମାନଙ୍କର ହିଁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷାନୁଭୂତି ସମ୍ଭବ ଥିଲା । ଆଜିକାଲି ଆଉ ଏପରି ଅନୁଭୂତି କାହାରି ହୁଏ ନାହିଁ, ଅତଏବ ବର୍ତ୍ତମାନ ବିଶ୍ୱାସ ଉପରେ ଧର୍ମକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହେବ । କିନ୍ତୁ ଏକଥା ମୁଁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ଅସ୍ୱୀକାର କରେ । ଜଗତରେ ଜ୍ଞାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଯଦି କେହି କେବେ କୌଣସି ଅଭିଜ୍ଞତା ଅର୍ଜନ କରିଥାଆନ୍ତି, ତା'ହେଲେ ଆମେ ଏକ ସାର୍ବଭୌମ ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଉପନୀତ ହୋଇପାରୁ ଯେ, ପୂର୍ବେ ମଧ୍ୟ ଏହିପରି ଅଭିଜ୍ଞତା ଲାଭ କରିବାର ଅସଂଖ୍ୟ ସମ୍ଭାବନା ଥିଲା, ପରେ ମଧ୍ୟ ଅନନ୍ତ କାଳ ଧରି ଏହି ସମ୍ଭାବନା ରହିବ । ଏକ୍‌ରୂପତା ହିଁ ପ୍ରକୃତିର କଠୋର ନିୟମ; ଥରେ ଯାହା ଘଟିଅଛି, ତାହା ପୁନରାୟ ଘଟିପାରେ ।

ଯୋଗବିଦ୍ୟାର ଆଚାର୍ଯ୍ୟଗଣ ସେଥିପାଇଁ କହନ୍ତି, 'ଧର୍ମ ଯେ କେବଳ ପୂର୍ବକାଳୀନ ଅନୁଭୂତି ଉପରେ ସ୍ଥାପିତ, ତାହା ନୁହେଁ, ବରଂ ସ୍ୱୟଂ ଏହି ଅନୁଭୂତିସମ୍ପନ୍ନ ନହେଲେ କେହି

କେବେ ଧାର୍ମିକ ହୋଇପାରିବେ ନାହିଁ ।' ଯେଉଁ ବିଜ୍ଞାନଦ୍ୱାରା ଏହି ସକଳ ଅନୁଭୂତି ଲାଭ ହୁଏ, ତାହାର ନାମ 'ଯୋଗ' । ଧର୍ମ ଯେତେ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅନୁଭୂତ ନ ହୋଇଛି, ସେତେ ଦିନଯାଏ ଧର୍ମ କଥା କହିବା ବୃଥା । ଭଗବାନଙ୍କ ନାମରେ ଏତେ ଯୁଦ୍ଧ ଓ ମତଭେଦ କାହିଁକି ? ଭଗବାନଙ୍କ ନାମରେ ଯେତେ ରକ୍ତପାତ ହୋଇଅଛି, ଅନ୍ୟ କୌଣସି କାରଣରୁ ଏତେ ରକ୍ତପାତ ହୋଇନାହିଁ; କାରଣ ସାଧାରଣ ମନୁଷ୍ୟ ଧର୍ମର ମୂଳ ଉତ୍ସରେ ପହଞ୍ଚିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ସମସ୍ତେ କେବଳ ପୂର୍ବ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଆଚାର ଅନୁମୋଦନ କରି ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ରହନ୍ତି । ସେମାନେ ଚାହାଁନ୍ତି, ଅନ୍ୟମାନେ ମଧ୍ୟ ତାହା କରନ୍ତୁ । ଆତ୍ମାକୁ ଅନୁଭବ ନ କରି, ଆତ୍ମା ଅର୍ଥାତ୍ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ ନ କରି 'ଈଶ୍ୱର ଅଛନ୍ତି' ବୋଲି କହିବାର କି ଅଧିକାର ମନୁଷ୍ୟର ଅଛି ? ଯଦି ଈଶ୍ୱର ଥାଆନ୍ତି, ତାଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କରିବାକୁ ହେବ; ଯଦି ଆତ୍ମା ବୋଲି କିଛି ଥାଏ, ତାହାକୁ ଉପଲବ୍ଧି କରିବାକୁ ହେବ । ନତୁବା ବିଶ୍ୱାସ ନ କରିବା ହିଁ ଭଲ । ଭଣ୍ଡ ଅପେକ୍ଷା ସ୍ପଷ୍ଟବାଦୀ ନାସ୍ତିକ ଭଲ । ଏକ ଦିଗରେ ଆଜିକାଲିକାର 'ବିଦ୍ୱାନ୍' ବୋଲି ପରିଚିତ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣଙ୍କର ମନୋଭାବ ଏହି ଯେ, ଧର୍ମ, ଦର୍ଶନ ଓ ପରମପୁରୁଷଙ୍କ ଅନୁସନ୍ଧାନ—ସବୁ ହିଁ ନିଷ୍ଫଳ । ଅନ୍ୟ ଦିଗରେ ଯେଉଁମାନେ ଅର୍ଦ୍ଧଶିକ୍ଷିତ, ସେମାନଙ୍କର ମନୋଭାବ ହେଉଛି, ଧର୍ମଦର୍ଶନାଦିର ବାସ୍ତବିକ କୌଣସି ଭିତ୍ତି ନାହିଁ, ତେବେ ଏଗୁଡ଼ିକର ଏତିକି ମାତ୍ର ଉପଯୋଗିତା ଯେ, ଏଗୁଡ଼ିକ ଜଗତର ମଙ୍ଗଳସାଧନର ବଳିଷ୍ଠ ପ୍ରେରଣାଶକ୍ତି । ଯଦି ମନୁଷ୍ୟ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ବିଶ୍ୱାସ କରେ, ସେ ସତ୍ ଓ ନୀତିପରାୟଣ ହୋଇପାରେ ଏବଂ ସେ ଜଣେ କର୍ତ୍ତବ୍ୟନିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ହୁଏ । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଏହିପରି ଭାବ, ସେମାନଙ୍କୁ ଦୋଷ ଦେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ; କାରଣ ସେମାନେ ଧର୍ମ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଯାହା କିଛି ଶିକ୍ଷା ପାଆନ୍ତି, ତାହା ଅସଂଲଗ୍ନ, ଅନ୍ତଃସାରଶୂନ୍ୟ, ପ୍ରଳାପ-ବାକ୍ୟ ଭଳି ଅନନ୍ତ ଶବ୍ଦ ସମଷ୍ଟିରେ କେବଳ ବିଶ୍ୱାସ ମାତ୍ର । ସେମାନଙ୍କୁ କେତେଗୁଡ଼ିଏ କଥା ଉପରେ ବିଶ୍ୱାସ କରି ରହିବା ପାଇଁ କୁହାଯାଏ; କିନ୍ତୁ ଏହା କଅଣ ସମ୍ଭବ ? ଯଦି ଏହା ସମ୍ଭବ ହୁଅନ୍ତା, ତେବେ ମାନବପ୍ରକୃତି ପ୍ରତି ମୋର ବିନ୍ଦୁମାତ୍ର ଶ୍ରଦ୍ଧା ରହନ୍ତା ନାହିଁ । ମନୁଷ୍ୟ ସତ୍ୟ ଚାହେଁ, ସ୍ୱୟଂ ସତ୍ୟ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରେ; ସତ୍ୟକୁ ଧାରଣା କରିବାକୁ, ସତ୍ୟକୁ ସାକ୍ଷାତ୍ କରିବାକୁ, ହୃଦୟର ଅନ୍ତରତମ ପ୍ରଦେଶରେ ତାହାକୁ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ସେ ଚାହେଁ । 'କେବଳ ସେତିକିବେଳେ ସନ୍ଦେହ ଦୂର ହୁଏ, ସମସ୍ତ ହୃଦୟଗ୍ରନ୍ଥି ଛିନ୍ନ-ଭିନ୍ନ ହୋଇଯାଏ, ସକଳ ବକ୍ରତା ସରଳ ହୋଇଯାଏ ।'* ବେଦ ଘୋଷଣା କରେ:

'ହେ ଅମୃତର ପୁତ୍ରଗଣ, ହେ ଦିବ୍ୟଧାମ-ନିବାସୀଗଣ, ଶ୍ରବଣ କର-ମୁଁ ଏହି ଅଜ୍ଞାନାନ୍ଧକାରରୁ ଆଲୋକକୁ ଯିବାର ପଥ ଆବିଷ୍କାର କରିଅଛି; ଯିଏ ସକଳ ତମସାର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ,ତାହାଙ୍କୁ ଜାଣିପାରିଲେ ହିଁ ସେଠାକୁ ଯାଇହୁଏ-ମୁକ୍ତିର ଆଉ କୌଣସି ଉପାୟ ନାହିଁ ।'**

---

* ଭିଦ୍ୟତେ ହୃଦୟଗ୍ରନ୍ଥିଶ୍ଛିଦ୍ୟନ୍ତେ ସର୍ବସଂଶୟାଃ ।
କ୍ଷୀୟନ୍ତେ ଚାସ୍ୟ କର୍ମାଣି ତସ୍ମିନ୍ ଦୃଷ୍ଟେ ପରାବରେ ।। ମୁଣ୍ଡକ ଉପ.,୨/୨/୮

** ଶୃଣ୍ୱନ୍ତୁ ବିଶ୍ୱେ ଅମୃତସ୍ୟ ପୁତ୍ରା ଆ ଯେ ଧାମାନି ଦିବ୍ୟାନିତସ୍ଥୁଃ ।। ଶ୍ୱେ.ଉ.,୨/୫
ବେଦାହମେତଂ ପୁରୁଷଂ ମହାନ୍ତମ ଆଦିତ୍ୟବର୍ଣ୍ଣଂ ତମସଃ ପରସ୍ତାତ୍ ।
ତମେବ ବିଦିତ୍ୱାତିମୃତ୍ୟୁମେତି ନାନ୍ୟଃ ପନ୍ଥା ବିଦ୍ୟତେଽୟନାୟ ।। ଶ୍ୱେତାଶ୍ୱତର ଉପ.,୩/୮

ରାଜଯୋଗ-ବିଜ୍ଞାନର ଲକ୍ଷ୍ୟ—ଏହି ସତ୍ୟ ଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ସାଧନ-ଉପଯୋଗୀ ବୈଜ୍ଞାନିକ ପ୍ରଣାଳୀ ମାନବ-ସମକ୍ଷରେ ସ୍ଥାପନ କରିବା । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବିଜ୍ଞାନର ହିଁ ନିଜସ୍ୱ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ-ପ୍ରଣାଳୀ ଅଛି । ତୁମେ ଯଦି ଜ୍ୟୋତିର୍ବିଦ୍ ହେବାକୁ ଇଚ୍ଛା କର, ଆଉ ବସି ବସି କେବଳ 'ଜ୍ୟୋତିଷ, ଜ୍ୟୋତିଷ' ବୋଲି ଚିତ୍କାର କର, ତା'ହେଲେ କେବେ ହେଁ ତୁମେ ଜ୍ୟୋତିଷଶାସ୍ତ୍ରର ଅଧିକାରୀ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ । ରସାୟନ ଶାସ୍ତ୍ର ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମଧ୍ୟ ଏହା ସତ୍ୟ । ଗୋଟିଏ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରଣାଳୀ ଅନୁସରଣ କରିବାକୁ ହେବ ; ପରୀକ୍ଷାଗାର (laboratory)କୁ ଯାଇ ବିଭିନ୍ନ ଦ୍ରବ୍ୟାଦି ନେବାକୁ ହେବ; ସେଗୁଡ଼ିକୁ ମିଶାଇ ବିଭିନ୍ନ ଯୌଗିକ ପଦାର୍ଥ ଉତ୍ପନ୍ନ କରିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ଏଗୁଡ଼ିକ ସାହାଯ୍ୟରେ ପରୀକ୍ଷା ନିରୀକ୍ଷା କରି ତୁମେ ରସାୟନବିତ୍ ହୋଇପାରିବ । ଯଦି ତୁମେ ଜ୍ୟୋତିର୍ବିଦ୍ ହେବାକୁ ଇଚ୍ଛା କର, ତେବେ ତୁମକୁ ମାନମନ୍ଦିରକୁ ଯାଇ ଦୂରବୀକ୍ଷଣଯନ୍ତ୍ର ସାହାଯ୍ୟରେ ଗ୍ରହ ଓ ନକ୍ଷତ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିବାକୁ ହେବ, ତେବେ ଯାଇ ତୁମେ ଜ୍ୟୋତିର୍ବିଦ୍ ହୋଇପାରିବ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବିଦ୍ୟାର ହିଁ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରଣାଳୀ ରହିଛି । ମୁଁ ତୁମମାନଙ୍କୁ ସହସ୍ର ସହସ୍ର ଉପଦେଶ ଦେଇପାରେ, କିନ୍ତୁ ଯଦି ସାଧନା ନ କର, ତୁମେମାନେ କେବେହେଲେ ଧାର୍ମିକ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ । ସକଳ ଯୁଗରେ, ସକଳ ଦେଶରେ କେବଳ ନିଷ୍କାମଶୁଦ୍ଧସ୍ୱଭାବ ଜ୍ଞାନୀଗଣ ହିଁ ଏହି ସତ୍ୟ ପ୍ରଚାର କରିଯାଇଛନ୍ତି । ଜଗତର ହିତସାଧନ ବ୍ୟତୀତ ସେମାନଙ୍କର ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବାସନା ନ ଥିଲା । ସେମାନେ କହିଛନ୍ତି, 'ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ଆମକୁ ଯେଉଁ ସତ୍ୟ ଅନୁଭବ କରାଇପାରନ୍ତି, ଆମେ ତାହା ଅପେକ୍ଷା ଉଚ୍ଚତର ସତ୍ୟ ଲାଭ କରିଅଛୁ ।' ସେମାନେ ଆମମାନଙ୍କୁ ସେହି ସତ୍ୟ ପରୀକ୍ଷା କରି ଦେଖିବା ପାଇଁ ଆହ୍ୱାନ କରୁଛନ୍ତି । ସେମାନେ ଆମମାନଙ୍କୁ ଗୋଟିଏ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସାଧନପ୍ରଣାଳୀ ଅବଲମ୍ବନ କରି ଆନ୍ତରିକ ଭାବରେ ସାଧନା କରିବାକୁ କହନ୍ତି । ଏହିପରି ଭାବରେ ସାଧନା କରିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ଯଦି ଆମେ ଏହି ଉଚ୍ଚତର ସତ୍ୟ ଲାଭ ନ କରୁ, କେବଳ ସେତିକିବେଳେ ଆମେ କହିପାରିବା ଯେ, ଏହି ଉଚ୍ଚତର ସତ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଧର୍ମାଚାର୍ଯ୍ୟମାନେ ଯାହା କହିଛନ୍ତି, ତାହା ଯଥାର୍ଥ ନୁହେଁ । କିନ୍ତୁ ତା ପୂର୍ବରୁ ଏହି ସକଳ ଉକ୍ତିର ସତ୍ୟତା ଏକାବେଳକେ ଅସ୍ୱୀକାର କରିବା କୌଣସିମତେ ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ନୁହେଁ । ଅତଏବ ଆମମାନଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସାଧନପ୍ରଣାଳୀ ଅବଲମ୍ବନ କରି ନିଷ୍ଠାପୂର୍ବକ ସାଧନ କରିବାକୁ ହେବ, ତେବେ ଆଲୋକ ନିଶ୍ଚୟ ଆସିବ ।

କୌଣସି ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିବାକୁ ହେଲେ ଆମେ ପରୀକ୍ଷାର ସାହାଯ୍ୟ ନେଇଥାଉ; ପରିକ୍ଷା ପୁଣି ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ । ପ୍ରଥମେ ଆମେ ଘଟଣାବଳୀ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରୁ, ପରେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ସାଧାରଣ ସଂଜ୍ଞାର ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରୁ, ଶେଷରେ ସେଥିରୁ ଆମର ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ବା ମୂଳନୀତି ଉଦ୍ଭାବନା କରୁ । ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମ ମନ ଭିତରେ କଅଣ ହେଉଛି, ତାହା ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ନ କରିଛୁ, ସେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ଆମ ମନ ସମ୍ବନ୍ଧରେ, ମନୁଷ୍ୟର ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ପ୍ରକୃତି ସମ୍ବନ୍ଧରେ, ମନୁଷ୍ୟର ଚିନ୍ତା ସମ୍ବନ୍ଧରେ କିଛି ହେଲେ ଜାଣିପାରୁ ନାହୁଁ । ବାହ୍ୟ ଜଗତକୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିବା ଅପେକ୍ଷାକୃତ ସହଜ, କାରଣ ଏ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ବହୁ ଯନ୍ତ୍ରପାତି ଆବିଷ୍କୃତ ହୋଇଅଛି; କିନ୍ତୁ ଅନ୍ତର୍ଜଗତକୁ ଜାଣିବା ପାଇଁ ସାହାଯ୍ୟକାରୀ ହୋଇପାରେ, ଏପରି କୌଣସି ଯନ୍ତ୍ର ଆମର ନାହିଁ । ତଥାପି ଆମେ ନିଶ୍ଚିତ ଜାଣୁ ଯେ

କୌଣସି ବିଦ୍ୟାକୁ ପ୍ରକୃତ ବିଜ୍ଞାନର ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଉନ୍ନୀତ କରିବାକୁ ହେଲେ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ ଆବଶ୍ୟକ । ବିଶ୍ଳେଷଣ ବ୍ୟତୀତ ବିଜ୍ଞାନ ନିରର୍ଥକ ହୋଇ କେବଳ ଭିତ୍ତିହୀନ ଅନୁମାନରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ହୁଏ । ଏହି କାରଣରୁ ଯେଉଁ ଅଳ୍ପ କେତେ ଜଣ ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱବିତ୍ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିବାର ଉପାୟ ଜାଣିଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତେ କେବଳ ନିଜ ନିଜ ମଧ୍ୟରେ ବାଦାନୁବାଦ କରି ଚାଲିଛନ୍ତି ।

ରାଜଯୋଗ-ବିଜ୍ଞାନ ପ୍ରଥମତଃ ମନୁଷ୍ୟକୁ ତାହାର ନିଜର ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ଅବସ୍ଥାସମୂହକୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିବାର ଉପାୟ ଦେଖାଇଦିଏ । ମନ ହିଁ ଏହି ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣର ଯନ୍ତ୍ର । ଆମର କୌଣସି ବିଷୟକୁ ଜାଣିବାର ଶକ୍ତିକୁ ନିୟମିତ କରି ଅନ୍ତର୍ଜଗତ ଆଡ଼କୁ ପରିଚାଳିତ କରିପାରିଲେ ତାହା ମନକୁ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରିପାରିବ ଏବଂ ତାହାର ଆଲୋକରେ ଆମେ ବୁଝିପାରିବୁ ଯେ ଆମ ମନ ମଧ୍ୟରେ କଅଣ ଘଟୁଅଛି । ମନର ଶକ୍ତିସମୂହ ଇତସ୍ତତଃ ବିକ୍ଷିପ୍ତ ଆଲୋକରଶ୍ମି ସଦୃଶ । ସେଗୁଡ଼ିକ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ ହେଲେ ଯେକୌଣସି ବିଷୟକୁ ଆଲୋକିତ କରିପାରନ୍ତି—ତାହା ହିଁ ଆମମାନଙ୍କର ଯାବତୀୟ ଜ୍ଞାନର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ । ବାହ୍ୟ ଜଗତ ପାଇଁ ହେଉ କିମ୍ୱା ଅନ୍ତର୍ଜଗତ ପାଇଁ ହେଉ, ସମସ୍ତେ ଏହି ଶକ୍ତିର ବ୍ୟବହାର କରୁଛନ୍ତି । ବୈଜ୍ଞାନିକ ବହିର୍ଜଗତରେ ଯେଉଁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ ଶକ୍ତି ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତି, ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱବିତ୍‌ଙ୍କୁ ତାହା ହିଁ ମନ ଉପରେ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ହେବ—କିନ୍ତୁ ନିରନ୍ତର ଅଭ୍ୟାସ ବ୍ୟତୀତ ଏହା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ବାଲ୍ୟକାଳରୁ ଆମେ କେବଳ ବାହ୍ୟ ବସ୍ତୁ ପ୍ରତି ମନୋନିବେଶ କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷା ପାଇଅଛୁ, ଅନ୍ତର୍ଜଗତ ପ୍ରତି ନୁହେଁ । ଏହି କାରଣରୁ ଆମମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅଧିକାଂଶ ଅନ୍ତର୍ଯନ୍ତ୍ରର ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ-ଶକ୍ତିକୁ ହରାଇଛନ୍ତି । ମନକୁ ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ କରିବା, ତାହାର ବହିର୍ମୁଖୀ ଗତିକୁ ନିବାରଣ କରିବା, ଯାହାଦ୍ୱାରା କି ମନ ନିଜର ସ୍ୱଭାବ ଜାଣିପାରିବ, ନିଜକୁ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରି ଦେଖିପାରିବ—ସେଥିପାଇଁ ଏହାର ସମୁଦାୟ ଶକ୍ତିକୁ ନିଜ ଉପରେ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ କରିବା ଅତି କଠିନ କାର୍ଯ୍ୟ । କିନ୍ତୁ ବୈଜ୍ଞାନିକ ପ୍ରଥା ଅନୁସାରେ ଅଗ୍ରସର ହେବାକୁ ହେଲେ ଏହା ହିଁ ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ଜ୍ଞାନର ଉପକାରିତା କଅଣ ? ପ୍ରଥମତଃ ଜ୍ଞାନ ହିଁ ଜ୍ଞାନର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ପୁରସ୍କାର । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ ତାହାର ଉପକାରିତା ମଧ୍ୟ ଅଛି; କାରଣ ଏହା ଆମର ସମସ୍ତ ଦୁଃଖ ଦୂର କରିବ । ଯେତେବେଳେ ମନୁଷ୍ୟ ନିଜର ମନକୁ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରୁ କରୁ ଏପରି ଏକ ବସ୍ତୁର ସନ୍ଧାନ ପାଏ, ଯାହାର ବିନାଶ ହୁଏ ନାହିଁ— ଯାହା ସ୍ୱରୂପତଃ ନିତ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଓ ନିତ୍ୟଶୁଦ୍ଧ, ସେତେବେଳେ ଆଉ ତାହାର ଦୁଃଖ ରହେ ନାହିଁ, ନିରାନନ୍ଦ ରହେ ନାହିଁ । ଭୟ ଓ ଅପୂର୍ଣ୍ଣ ବାସନା ହିଁ ସକଳ ଦୁଃଖର କାରଣ । ପୂର୍ବୋକ୍ତ ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କଲେ ମନୁଷ୍ୟ ବୁଝିପାରିବ ଯେ, ତାହାର ମୃତ୍ୟୁ ନାହିଁ; ସୁତରାଂ ସେତେବେଳେ ଆଉ ମୃତ୍ୟୁଭୟ ରହିବ ନାହିଁ । ନିଜକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବୋଲି ଜାଣି ପାରିଲେ ଅସାର ବାସନା ଆଉ ରହିବ ନାହିଁ । ପୂର୍ବୋକ୍ତ କାରଣଦ୍ୱୟର ଅଭାବ ହେଲେ ଆଉ କୌଣସି ଦୁଃଖ ରହିବ ନାହିଁ—ତତ୍‌ପରିବର୍ତ୍ତେ ଏହି ଜୀବନରେ ହିଁ ଆମର ପରମାନନ୍ଦ ଲାଭ ହେବ ।

ଜ୍ଞାନଲାଭର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ହେଲା ଏକାଗ୍ରତା । ରସାୟନବିତ୍ ନିଜ ପରୀକ୍ଷାଗାରରେ ମନର ସମୁଦାୟ ଶକ୍ତିକୁ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ କରି ଯେଉଁ ସକଳ ବସ୍ତୁ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରୁଛନ୍ତି, ସେଗୁଡ଼ିକ [illegible] ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତି ଏବଂ ଫଳରେ ଏ ସକଳର ରହସ୍ୟ ଅବଗତ ହୁଅନ୍ତି । ଜ୍ୟୋତିର୍ବିଦ୍

ନିଜ ମନର ସମଗ୍ର ଶକ୍ତିକୁ ଏକତ୍ର କରି ଦୂରବୀକ୍ଷଣ ଯନ୍ତ୍ର ମଧ୍ୟଦେଇ ତାହା ଆକାଶକୁ ପ୍ରକ୍ଷେପ କରନ୍ତି; ଫଳରେ ସୂର୍ଯ୍ୟ, ଚନ୍ଦ୍ର, ନକ୍ଷତ୍ର—ସମସ୍ତେ ନିଜ ନିଜର ରହସ୍ୟ ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ବ୍ୟକ୍ତ କରନ୍ତି । ମୁଁ ଯେଉଁ ବିଷୟ ତୁମମାନଙ୍କ ନିକଟରେ କହୁଅଛି, ତାହା ଉପରେ ଯେତେ ମନୋନିବେଶ କରିପାରିବି, ସେତେ ହିଁ ସେ ବିଷୟରେ ଆଲୋକପାତ କରିପାରିବି । ତୁମେ ମୋ କଥା ଶୁଣୁଅଛ; ତୁମେ ମଧ୍ୟ ଯେତେ ଏ ବିଷୟରେ ମନୋନିବେଶ କରିବ, ସେତେ ମୋ କଥା ସ୍ପଷ୍ଟଭାବରେ ଧାରଣା କରିପାରିବ ।

ମନର ଏକାଗ୍ରତା-ଶକ୍ତି ବ୍ୟତୀତ ଆଉ କେଉଁ ଉପାୟରେ ଜଗତରେ ଏହି ସକଳ ଜ୍ଞାନ ଲବ୍ଧ ହୋଇଅଛି ? ପ୍ରକୃତିର ଦ୍ୱାରଦେଶରେ ଆଘାତ କରିବାକୁ ଜାଣିଲେ—କେଉଁ ଭାବରେ ଆଘାତ କରିବାକୁ ହୁଏ, ତାହା ଜଣାଥିଲେ, ବିଶ୍ୱପ୍ରକୃତି ସ୍ୱୀୟ ରହସ୍ୟ ଉଦ୍‌ଘାଟିତ କରିଦିଏ । ସେହି ଆଘାତର ଶକ୍ତି ଓ ତୀବ୍ରତା ଆସେ ଏକାଗ୍ରତାରୁ । ଆମର ମନଶକ୍ତିର କୌଣସି ସୀମା ନାହିଁ; ତାହା ଯେତେ ଏକାଗ୍ର ହୁଏ, ତାହାର ଶକ୍ତି ଗୋଟିଏ ବିଷୟ ଉପରେ ସେତେ ବେଶୀ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ ହୁଏ ଏବଂ ଏହା ହିଁ ପ୍ରକୃତ ରହସ୍ୟ ।

ମନକୁ ବହିର୍ବିଷୟରେ ସ୍ଥିର କରିବା ଅପେକ୍ଷାକୃତ ସହଜ । ମନ ସ୍ୱଭାବତଃ ବହିର୍ମୁଖୀ; ଧର୍ମ, ମନୋବିଜ୍ଞାନ କିମ୍ବା ଦର୍ଶନ ବିଷୟରେ ମନକୁ ସ୍ଥିର କରିବା ସହଜ ନୁହେଁ । କାରଣ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଜ୍ଞାତା ଓ ଜ୍ଞେୟ (ବିଷୟୀ ଓ ବିଷୟ) ଏକ । ଏଠାରେ ଜ୍ଞାନର ବିଷୟ ଗୋଟିଏ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ବସ୍ତୁ, ମନ ହିଁ ଏଠାରେ ଜ୍ଞାନର ବସ୍ତୁ । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମନକୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିବା ହିଁ ଆମର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଏବଂ ମନ ହିଁ ମନକୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରୁଅଛି । ଆମେ ଜାଣୁ, ମନର ଏପରି ଗୋଟିଏ କ୍ଷମତା ଅଛି, ଯାହାଦ୍ୱାରା ସେ ନିଜର ଅଭ୍ୟନ୍ତରକୁ ଦେଖିପାରେ— ଏହା ଅନ୍ତଃପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ ଶକ୍ତି ବୋଲି ପରିଚିତ । ମୁଁ ତୁମମାନଙ୍କ ସହିତ କଥା କହୁଅଛି; ପୁନଶ୍ଚ ଏହି ସମୟରେ ଜଣେ ଲୋକ ବାହାରେ ଛିଡ଼ାହୋଇ ଯାହା କରୁଛି ତାହା ଜାଣୁଛି ଓ ଶୁଣୁଛି । ତୁମେ କାମ କରୁଛ ଓ ଚିନ୍ତା କରୁଛ, ପୁଣି ତୁମ ମନର ଅନ୍ୟ ଅଂଶ ଯେପରି ବାହାରେ ଛିଡ଼ା ହୋଇ ଦେଖୁଛି—ତୁମେ କଅଣ ଚିନ୍ତା କରୁଛ । ମନର ସମଗ୍ର ଶକ୍ତି ଏକତ୍ର କରି ମନ ଉପରେ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ହେବ । ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ତୀକ୍ଷ୍ଣ ରଶ୍ମି ନିକଟରେ ଅତି ଅନ୍ଧକାରମୟ ସ୍ଥାନଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଯେପରି ସେମାନଙ୍କର ଗୁପ୍ତତଥ୍ୟ ପ୍ରକାଶ କରିଦିଅନ୍ତି, ସେହିପରି ଏକାଗ୍ର ମନ ନିଜର ଅତି ଅନ୍ତରତମ ରହସ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ତୁମ ନିକଟରେ ପ୍ରକାଶ କରିଦେବ । ସେତେବେଳେ ଆମେମାନେ ଧର୍ମବିଶ୍ୱାସର ପ୍ରକୃତ ଭିତ୍ତିରେ ଉପନୀତ ହେବୁ । ଏହା ହିଁ ପ୍ରକୃତ୍ ଧର୍ମ । ସେତିକିବେଳେ ଆମେ ଅନୁଭବ କରିବୁ—ଆତ୍ମା ଅଛି କି ନାହିଁ, ଜୀବନ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ନା ଅନନ୍ତକାଳବ୍ୟାପୀ, ଜଗତରେ ଈଶ୍ୱର ବୋଲି କେହି ଅଛନ୍ତି କି ନାହିଁ । ସମସ୍ତ ହିଁ ଆମ ସମକ୍ଷରେ ଉଦ୍‌ଘାଟିତ ହେବ । ରାଜଯୋଗ ଆମକୁ ଏହି ଶିକ୍ଷା ହିଁ ଦେଇଥାଏ । ରାଜଯୋଗର ସକଳ ଶିକ୍ଷାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ—କେଉଁ ଉପାୟରେ ମନକୁ ଏକାଗ୍ର କରାଯାଏ; ତା'ପରେ କେଉଁ ଭାବରେ ମନର ଗଭୀରତମ ପ୍ରଦେଶ ଆବିଷ୍କାର କରାଯାଏ ଏବଂ ପରିଶେଷରେ ମନର ବିଭିନ୍ନ ଭାବଗୁଡ଼ିକରୁ କିପରି ଭାବରେ ଗୋଟିଏ ସାଧାରଣ ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଉପନୀତ ହେବାକୁ ହୁଏ । ଏଥିପାଇଁ ରାଜଯୋଗ ତୁମର ଧର୍ମ କଣ ତାହା ଜାଣିବାକୁ ଚାହେଁ ନାହିଁ । ତୁମେ ଆସ୍ତିକ ହୁଅ, ନାସ୍ତିକ ହୁଅ, ଇହୁଦୀ ହୁଅ, ବୌଦ୍ଧ ହୁଅ ଅଥବା ଖ୍ରୀଷ୍ଟିୟାନ ହୁଅ, ସେଥିରେ କିଛି ଯାଏ ଆସେ ନାହିଁ । ତୁମେ ଯେ ମନୁଷ୍ୟ—ଏହା ହିଁ ଯଥେଷ୍ଟ ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ମନୁଷ୍ୟର ଧର୍ମତତ୍ତ୍ୱ ଅନୁସନ୍ଧାନ କରିବାର ଶକ୍ତି ଅଛି, ଅଧିକାର ମଧ୍ୟ ଅଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିର ଯେକୌଣସି ବିଷୟରେ କାରଣ ପଚାରିବାର ଅଧିକାର ଅଛି—ଯଦିଓ ସେ ନିଜ ଭିତରୁ ହିଁ ସେ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ପାଇଥାଏ । ତେବେ ସେଥିପାଇଁ ଟିକିଏ କଷ୍ଟ ସ୍ୱୀକାର କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ତା'ହେଲେ ଦେଖାଗଲା ରାଜଯୋଗର ଆଲୋଚନା ପାଇଁ କୌଣସି ପ୍ରକାର ବିଶ୍ୱାସର ପ୍ରୟୋଜନ ନାହିଁ । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିଜେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ନ କରିଛ, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, କିଛିହେଲେ ବିଶ୍ୱାସ କର ନାହିଁ—ରାଜଯୋଗ ଏହା ହିଁ ଶିକ୍ଷା ଦିଏ । ସତ୍ୟକୁ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ କରିବା ପାଇଁ ଅନ୍ୟ କିଛିର ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରୟୋଜନ ହୁଏ ନାହିଁ । ତୁମେ କଅଣ କହିବାକୁ ଚାହିଁ ଯେ ଜାଗ୍ରତ ଅବସ୍ଥାର ସତ୍ୟତା ପ୍ରମାଣ କରିବା ପାଇଁ ସ୍ୱପ୍ନ ଅଥବା କଳ୍ପନାର ସାହାଯ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ? କେବେ ନୁହେଁ । ଏହି ରାଜଯୋଗ ସାଧନ ପାଇଁ ଦୀର୍ଘ ଦିନ ନିରନ୍ତର ଅଭ୍ୟାସର ପ୍ରୟୋଜନ । ଏହି ଅଭ୍ୟାସର କିଛି ଅଂଶ ଶରୀର-ସଂଯମ ବିଷୟକ, କିନ୍ତୁ ଏହାର ଅଧିକାଂଶ ହିଁ ମନଃସଂଯମାତ୍ମକ । କ୍ରମଶଃ ଆମେ ବୁଝିପାରିବା, ମନର ଶରୀର ସହିତ କିପରି ଘନିଷ୍ଠ ସମ୍ବନ୍ଧ । ଯଦି ଆମେ ବିଶ୍ୱାସ କରୁ, ମନ ଶରୀରର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଅବସ୍ଥାବିଶେଷ ଏବଂ ମନ ଶରୀର ଉପରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ, ତା' ହେଲେ ଏହା ମଧ୍ୟ ଯୁକ୍ତିସଙ୍ଗତ ଯେ, ଶରୀର ମଧ୍ୟ ମନ ଉପରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ । ଶରୀର ଅସୁସ୍ଥ ହେଲେ ମନ ମଧ୍ୟ ଅସୁସ୍ଥ ହୁଏ, ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ଥିଲେ ମନ ମଧ୍ୟ ସୁସ୍ଥ ଓ ସତେଜ ଥାଏ । ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି କ୍ରୁଦ୍ଧ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କର ମନ ଉତ୍ତେଜିତ ହୋଇଯାଏ । ଠିକ୍ ସେହିପରି, ମନ ଚଞ୍ଚଳ ହେଲେ ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଚଞ୍ଚଳ ହୋଇପଡ଼େ । ଅଧିକାଂଶ ଲୋକଙ୍କର ମନ ଶରୀରର ଅଧୀନ, କାରଣ ସେମାନଙ୍କ ମନର ବିକାଶ ହୋଇନାହିଁ । ତୁମେସବୁ ଯଦି ମୋ କଥାକୁ ଅନ୍ୟ ଭାବରେ ନ ନିଅ, ତେବେ ମୁଁ କହିବି—ଅଧିକାଂଶ ମନୁଷ୍ୟ ପଶୁ ଅପେକ୍ଷା ଅତି ଅଳ୍ପ ମାତ୍ରରେ ଉନ୍ନତ । କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ଅନେକ ସ୍ଥଳରେ ଇତର ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ସେମାନଙ୍କ ସଂଯମଶକ୍ତି ବିଶେଷ ଅଧିକ ନୁହେଁ । ମନ ଉପରେ ଆମର କୌଣସି କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ନାହିଁ । ମନ ଉପରେ ଏହି କ୍ଷମତାଲାଭ ପାଇଁ, ଶରୀର ଏବଂ ମନକୁ ବଶୀଭୂତ କରିବା ପାଇଁ ଆମମାନଙ୍କର କେତେଗୁଡ଼ିଏ ବହିଃରଙ୍ଗ ସାଧନର—ଦୈହିକ ସାଧନର ପ୍ରୟୋଜନ । ଶରୀର ଯେତେବେଳେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ଆୟତ୍ତ ହେବ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ମନର ସଦ୍‌ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବୁ । ଏହିଭାବରେ ଆମେ ମନକୁ ଆୟତ୍ତ କରିପାରିବା, ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ଏହାକୁ କାମରେ ଲଗାଇପାରିବା ଏବଂ ମନର ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକୁ ଏକାଗ୍ର କରି ପାରିବା ।

ରାଜଯୋଗୀମାନଙ୍କ ମତରେ ବହିର୍ଜଗତ ଅନ୍ତର୍ଜଗତର ବା ସୂକ୍ଷ୍ମଜଗତର ସ୍ଥୂଳ ବିକାଶ ମାତ୍ର । ସର୍ବତ୍ର ହିଁ ସୂକ୍ଷ୍ମକୁ କାରଣ ଓ ସ୍ଥୂଳକୁ କାର୍ଯ୍ୟ ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ଅତଏବ ଏହି ନିୟମ ଅନୁସାରେ ବହିର୍ଜଗତ କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ଅନ୍ତର୍ଜଗତ କାରଣ । ଅନୁରୂପଭାବେ ବହିର୍ଜଗତର ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଆଭ୍ୟନ୍ତରିଣ ସୂକ୍ଷ୍ମତର ଶକ୍ତିର ସ୍ଥୂଳରୂପ ମାତ୍ର । ଯିଏ ଏହି ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକୁ ଆବିଷ୍କାର କରି ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ପରିଚାଳିତ କରିବା ଶିଖିଛନ୍ତି, ସମଗ୍ର ପ୍ରକୃତିକୁ ସେ ବଶୀଭୂତ କରିପାରନ୍ତି । ସମଗ୍ର ଜଗତ ଉପରେ ପ୍ରଭୁତ୍ୱ କରିବା ପ୍ରକୃତିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବାକୁ ଯୋଗୀ ନିଜର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ବୋଲି ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି । ସେ ଏପରି ଏକ ଅବସ୍ଥାରେ ଉପନୀତ ହେବାକୁ ଚାହାନ୍ତି, ଯେଉଁଠି 'ପ୍ରକୃତିର ନିୟମାବଳୀ' ତାଙ୍କ ଉପରେ କୌଣସି ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିପାରିବ

ନାହିଁ; ସେତେବେଳେ ସେ ଅନ୍ତର ଓ ବାହ୍ୟ ସମଗ୍ର ପ୍ରକୃତି ଉପରେ ପ୍ରଭୁତ୍ୱ ଲାଭ କରିବେ । ମନୁଷ୍ୟଜାତିର ଉନ୍ନତି ଓ ସଭ୍ୟତାର ସାର୍ଥକତା ଏହି ପ୍ରକୃତିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ ।

ପ୍ରକୃତିକୁ ବଶୀଭୂତ କରିବା ପାଇଁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଜାତି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରଣାଳୀ ଅବଲମ୍ବନ କରିଥାନ୍ତି । ଯେପରି କୌଣସି ଏକ ସମାଜରେ କେହି କେହି ବାହ୍ୟ ପ୍ରକୃତି ଓ ଅନ୍ୟ କେହି କେହି ଅନ୍ତଃ-ପ୍ରକୃତିକୁ ବଶୀଭୂତ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି; ସେହିପରି କୌଣସି କୌଣସି ଜାତି ବାହ୍ୟପ୍ରକୃତି, ପୁଣି କୌଣସି କୌଣସି ଜାତି ଅନ୍ତଃପ୍ରକୃତିକୁ ବଶୀଭୂତ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । କାହାରି କାହାରି ମତରେ ଅନ୍ତଃପ୍ରକୃତିକୁ ବଶୀଭୂତ କରିପାରିଲେ ସମସ୍ତ ହିଁ ବଶୀଭୂତ ହୁଏ; ଅନ୍ୟ କାହାରି ମତରେ ବାହ୍ୟପ୍ରକୃତିକୁ ବଶୀଭୂତ କଲେ ଅନ୍ୟ ସବୁ ବଶୀଭୂତ ହୁଏ । ଏହି ଦୁଇଟି ଚିନ୍ତାଧାରାକୁ ଉତ୍ତମ ରୂପେ ବିଚାର କଲେ ବୁଝାଯାଏ, ଉଭୟ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ହିଁ ସତ୍ୟ; କାରଣ ପ୍ରକୃତିରେ ବାହ୍ୟ ବା ଅନ୍ତର ବୋଲି କୌଣସି ଭେଦ ନାହିଁ, ଏହା ଏକ କାଳ୍ପନିକ ବିଭାଗ ମାତ୍ର; ଏହିପରି ବିଭାଗର ଅସ୍ତିତ୍ୱ କେବେହେଲେ ନଥିଲା । ବହିର୍ବାଦୀ ବା ଅନ୍ତର୍ବାଦୀ ଯେତେବେଳେ ନିଜ ନିଜ ଜ୍ଞାନର ଚରମ ସୀମାରେ ପହଞ୍ଚିବେ, ସେତେବେଳେ ଉଭୟେ ଏକ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚିବେ । ଠିକ୍ ଯେପରି ପଦାର୍ଥବିଜ୍ଞାନୀ ନିଜ ଜ୍ଞାନର ଚରମ ସୀମାରେ ପହଞ୍ଚିଲେ ଦେଖିବେ ଯେ ବିଜ୍ଞାନ ଦର୍ଶନରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ହେଉଅଛି, ସେହିପରି ଦାର୍ଶନିକ ମଧ୍ୟ ଦେଖିବେ ଯେ, ମନ ଓ ଜଡ଼ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ଭେଦ ରହିଛି, ତାହା କେବଳ ଆପାତପ୍ରତୀୟମାନ ।

ଯେଉଁଥିରୁ ଏହି 'ବହୁ' ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଅଛି, ଯେଉଁ ଏକ ପଦାର୍ଥ ବହୁରୂପେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଅଛି, ସେହି ଏକ ପଦାର୍ଥକୁ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିବା ହିଁ ସମଗ୍ର ବିଜ୍ଞାନର ଲକ୍ଷ୍ୟ । ରାଜଯୋଗୀ କହନ୍ତି, ଆମେ ପ୍ରଥମେ ଅନ୍ତର୍ଜଗତର ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିବା ଏବଂ ଏହାଦ୍ୱାରା ବାହ୍ୟ ଓ ଅନ୍ତର ଉଭୟ ପ୍ରକୃତିକୁ ହିଁ ବଶୀଭୂତ କରିବା । ପ୍ରାଚୀନ କାଳରୁ ଲୋକମାନେ ଏହି ଚେଷ୍ଟା କରି ଆସୁଛନ୍ତି । ଭାରତବର୍ଷରେ ହିଁ ଏହାର ବିଶେଷ ଚେଷ୍ଟା ହୁଏ; ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଜାତିମାନେ ମଧ୍ୟ ଏହି ବିଷୟରେ ଚେଷ୍ଟା କରିଛନ୍ତି । ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଦେଶରେ ଲୋକମାନେ ଏହାକୁ ରହସ୍ୟ ବା ଗୁପ୍ତବିଦ୍ୟା ବୋଲି ଭାବୁଥିଲେ । ତେଣୁ ଯେଉଁମାନେ ଏହା ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ପାଇଁ ଅଗ୍ରସର ହେଉଥିଲେ, ସେମାନଙ୍କୁ ଡାହାଣୀ, ଯାଦୁକର ଇତ୍ୟାଦି ଅପବାଦ ଦେଇ ପୋଡ଼ି ଦେଉଥିଲେ ଅଥବା ଅନ୍ୟ ଉପାୟରେ ମାରି ପକାଉଥିଲେ । ଭାରତବର୍ଷରେ ନାନା କାରଣରୁ ଏହା ଏପରି ସବୁ ଲୋକଙ୍କର ହସ୍ତଗତ ହୋଇଥିଲା, ଯେଉଁମାନେ ଏହି ବିଦ୍ୟାର ଶତକଡ଼ା ନବେ ଭାଗ ନଷ୍ଟ କରି ଦେଇ ଅବଶିଷ୍ଟ ଅଂଶ ଟିକକ ଅତି ଗୋପନରେ ରଖିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଥିଲେ । ଆଜିକାଲି ପୁଣି ଭାରତବର୍ଷରେ ଏହି ଗୁରୁଗଣଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ନିକୃଷ୍ଟ ସଂଖ୍ୟକ ତଥାକଥିତ ଶିକ୍ଷକ ମିଳୁଛନ୍ତି । ଉକ୍ତ ଗୁରୁଗଣ ଯଦିଓ କିଛି ଜାଣିଥିଲେ, ଏହି ଆଧୁନିକ ଅଧ୍ୟାପକଗଣ କିଛି ହେଲେ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ ।

ଏହି ସମସ୍ତ ଯୋଗ-ପ୍ରଣାଳୀରେ ଗୁହ୍ୟ ଓ ଅଦ୍ଭୁତ ବୋଲି ଯାହା କିଛି ଅଛି, ତାହା ବର୍ଜନ କରିବାକୁ ହେବ; କେବଳ ଯାହା ଫଳପ୍ରଦ, ତାହା ଅନୁସରଣୀୟ । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିଷୟ ପରି ଧର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହା ମଧ୍ୟ ସତ୍ୟ—ଯାହା କିଛି ତୁମକୁ ଦୁର୍ବଳ କରେ, ତାହା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ତ୍ୟାଗ କର । ରହସ୍ୟସ୍ପୃହା ମାନବ-ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ଦୁର୍ବଳ କରିପକାଏ ଏବଂ ଏହି କାରଣରୁ ଆମର ଅନ୍ୟତମ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବିଜ୍ଞାନ ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର ପ୍ରାୟ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଇଛି । ଚାରି ହଜାର ବର୍ଷ

ପୂର୍ବରୁ ଏହି ଯୋଗ ଆବିଷ୍କୃତ ହୋଇଛି । ସେହି ସମୟଠାରୁ ଭାରତବର୍ଷରେ ଏହା ପ୍ରଣାଳୀବଦ୍ଧ ହୋଇ ବର୍ଣ୍ଣିତ ଓ ପ୍ରଚାରିତ ହୋଇଆସୁଛି । ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ କଥା ହେଲା, ବ୍ୟାଖ୍ୟାକାର ଯେତେ ଆଧୁନିକ, ତାଙ୍କର ଭ୍ରମ ମଧ୍ୟ ସେହି ପରିମାଣରେ ଅଧିକ । ଲେଖକ ଯେତେ ପ୍ରାଚୀନ, ତାଙ୍କର ରଚନା ମଧ୍ୟ ସେତେ ଯୁକ୍ତିସଙ୍ଗତ । ଆଧୁନିକ ଲେଖକଗଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅଧିକାଂଶ ହିଁ ନାନା ପ୍ରକାର ରହସ୍ୟର କଥା କହିଥାଆନ୍ତି । ପ୍ରାଚୀନ କାଳରେ ଯୋଗ ଅଳ୍ପ କେତେଜଣଙ୍କ ହାତରେ ପଡ଼ିଥିଲା, ଯେଉଁମାନେ ଏହାକୁ ଗୋପନୀୟ ବିଦ୍ୟାରେ ପରିଣତ କଲେ ଏବଂ ଯୁକ୍ତିର ଦିବାଲୋକ ଏହା ଉପରେ ଆଉ ପଡ଼ିବାକୁ ଦେଲେ ନାହିଁ ।

ପ୍ରଥମରୁ ହିଁ ମୁଁ କହି ରଖିଛି—ମୁଁ ଯାହା ଶିକ୍ଷା ଦେଇଛି—ତା ଭିତରେ ଗୋପନୀୟ କିଛି ହେଲେ ନାହିଁ । ସାମାନ୍ୟ ଯାହା କିଛି ମୁଁ ଜାଣେ, ତାହା ତୁମମାନଙ୍କୁ କହିବି । ଯୁକ୍ତିଦ୍ୱାରା ଏହା ଯେତେଦୂର ବୁଝାଇ ହୁଏ, ସେତେଦୂର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବୁଝାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବି । ଯାହା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଭାବେ ମୁଁ ଜାଣି ନାହିଁ, ସେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଶାସ୍ତ୍ର ଯାହା କହେ, କେବଳ ସେତିକି କହିବି । ଅନ୍ଧ ଭାବରେ କିଛି ବିଶ୍ୱାସ କରିବା ଅନ୍ୟାୟ; ନିଜର ଯୁକ୍ତି ଓ ବିଚାରଶକ୍ତି ପ୍ରୟୋଗ କିରବାକୁ ହେବ; ସାଧନ କରି ଦେଖିବାକୁ ହେବ, ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଯାହା ଲିଖିତ ଅଛି ତାହା ସତ୍ୟ କି ନୁହେଁ । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିଜ୍ଞାନକୁ ଯେପରି ଭାବରେ ଶିକ୍ଷା କର, ଠିକ୍ ସେପରି ଭାବରେ ଏହି ବିଜ୍ଞାନ ଶିକ୍ଷା କରିବାକୁ ହେବ । ଏଥିରେ ଗୋପନ ରହସ୍ୟ କିଛି ନାହିଁ, କୌଣସି ବିପଦର ଆଶଙ୍କା ମଧ୍ୟ ନାହିଁ । ଏହି ବିଦ୍ୟାରେ ଯାହା ସତ୍ୟ, ତାହା ସମସ୍ତଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ପ୍ରକାଶ୍ୟଭାବେ ପ୍ରଚାର କରିବା ଉଚିତ । ଏ ସକଳ ସାଧନା ରହସ୍ୟାବୃତ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କଲେ ଅନେକ ବିପଦର ଆଶଙ୍କା ଅଛି ।

ଅଧିକ ଅଗ୍ରସର ହେବା ପୂର୍ବରୁ ମୁଁ ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନ ସମ୍ବନ୍ଧରେ କିଛି କହିବି; ଏହି ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନର ଭିତ୍ତି ଉପରେ ରାଜଯୋଗ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ । ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନ ମତରେ ଆମର ଯେ କୌଣସି ବିଷୟର ଜ୍ଞାନପ୍ରଣାଳୀ ଏହି ଭାବରେ ହୋଇଥାଏ—ପ୍ରଥମତଃ ବିଷୟ ସହିତ ଚକ୍ଷୁରାଦି ଯନ୍ତ୍ରର ସଂଯୋଗ ହୁଏ । ଚକ୍ଷୁରାଦି ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣଙ୍କ ନିକଟକୁ ତାହା ପ୍ରେରଣ କରନ୍ତି; ଅର୍ଥାତ୍ ବାହାରର ଶବ୍ଦ-ରୂପ ପ୍ରଭୃତି ବିଷୟର ପ୍ରଭାବ ବହିରିନ୍ଦ୍ରିୟର ଯନ୍ତ୍ର ସାହାଯ୍ୟରେ ନିଜ ନିଜ ମସ୍ତିଷ୍କ-କେନ୍ଦ୍ରକୁ ବା ପ୍ରକୃତ ଇନ୍ଦ୍ରିୟକୁ ଆସିଥାଏ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ମନ ନିକଟରେ ଓ ମନ ନିଶ୍ଚୟାତ୍ମିକା ବୁଦ୍ଧି ନିକଟକୁ ତାହା ନେଇଯାଏ । ସେତେବେଳେ ପୁରୁଷ ବା ଆତ୍ମା ତାହା ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି ଏବଂ ଆମର ସେହି ବିଷୟର ଅନୁଭୂତି ହୋଇଥାଏ । ଅତଃପର ଏଗୁଡ଼ିକ ଯେଉଁ ପଥରେ ଆସିଥିଲେ, ପୁରୁଷ ସେହି ପଥରେ ହିଁ ଏଗୁଡ଼ିକୁ କର୍ମେନ୍ଦ୍ରିୟ ନିକଟକୁ ଫେରିଯିବାକୁ ଆଦେଶ କରନ୍ତି । ପୁରୁଷ ବ୍ୟତୀତ ଆଉ ସବୁ ଜଡ଼, ତେବେ ଚକ୍ଷୁରାଦି ବାହ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ର ଅପେକ୍ଷା ମନ ସୂକ୍ଷ୍ମତର । ମନ ଯେଉଁ ଉପାଦାନରେ ନିର୍ମିତ, ସେଥିରୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ତନ୍ମାତ୍ରାର ମଧ୍ୟ ଉତ୍ପତ୍ତି । ଏଗୁଡ଼ିକ ସ୍ଥୂଳ ହେଲେ ଜଡ଼ ବସ୍ତୁର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୁଏ । ଏହା ହିଁ ସାଂଖ୍ୟର ମନୋବିଜ୍ଞାନ । ସୁତରାଂ ବୁଦ୍ଧି ଓ ସ୍ଥୂଳଭୂତ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଭେଦ କେବଳ ମାତ୍ରାର ତାରତମ୍ୟ । ଏକମାତ୍ର ପୁରୁଷ ହିଁ ଚେତନ । ମନ ଆତ୍ମାର ଯନ୍ତ୍ରବିଶେଷ । ତାହାରିଦ୍ୱାରା ଆତ୍ମା ବାହ୍ୟ ବିଷୟ ଗ୍ରହଣ କରିଥାଆନ୍ତି । ମନ ସର୍ବଦା ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ, ସର୍ବଦା ଆନ୍ଦୋଳିତ ହେଉଅଛି । ସିଦ୍ଧ ଅବସ୍ଥାରେ ମନ କେତେବେଳେ ସମୁଦାୟ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକରେ ସଂଲଗ୍ନ, କେବେ ବା ଗୋଟିକରେ, ପୁଣି କେତେବେଳ କୌଣସି ଇନ୍ଦ୍ରିୟରେ ସଂଲଗ୍ନ ନ ଥାଏ । ମନେକର, ମୁଁ ଗୋଟିଏ ଘଣ୍ଟାର

ଶବ୍ଦ ମନୋଯୋଗ ଦେଇ ଶୁଣୁଅଛି; ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ମୋର ଚକ୍ଷୁ ଉନ୍ମୀଳିତ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ମୁଁ ଅନ୍ୟ କିଛି ଦେଖିବାକୁ ପାଇବି ନାହିଁ । ଏଥିରୁ ପ୍ରମାଣିତ ହେଉଅଛି ଯେ, ମନ ଯେତେବେଳେ ଶ୍ରବଣେନ୍ଦ୍ରିୟ ସହିତ ସଂଲଗ୍ନ ଥିଲା, ସେତେବେଳେ ଦର୍ଶନେନ୍ଦ୍ରିୟ ସହିତ ନ ଥିଲା । କିନ୍ତୁ ସିଦ୍ଧପୁରୁଷଙ୍କ ମନ ଏକ ସମୟରେ ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସହିତ ସଂଲଗ୍ନ ରହିପାରେ । ମନର ପୁଣି ଅନ୍ତର୍ଦୃଷ୍ଟି ଅଛି, ଏହି ଶକ୍ତି ବଳରେ ମନୁଷ୍ୟ ନିଜ ଅନ୍ତରର ଗଭୀରତମ ପ୍ରଦେଶ ଦେଖିପାରେ । ଏହି ଅନ୍ତର୍ଦୃଷ୍ଟି-ଶକ୍ତିର ବିକାଶ ସାଧନ କରିବା ହିଁ ଯୋଗୀର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ; ମନର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତିକୁ ଏକାଗ୍ର କରି, ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ ହୋଇ ଭିତରେ କଅଣ ହେଉଅଛି—ତାହା ସେ ଜାଣିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି । ଏଥିରେ କେବଳ ମାତ୍ର ବିଶ୍ୱାସର କୌଣସି କଥା ନାହିଁ । ଏହା କୌଣସି କୌଣସି ଦାର୍ଶନିକଙ୍କ ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱ-ବିଶ୍ଳେଷଣର ଫଳମାତ୍ର । ଆଧୁନିକ ଶରୀର-ତତ୍ତ୍ୱବିଦ୍ ପଣ୍ଡିତଗଣ କହନ୍ତି, ପ୍ରକୃତ ଦର୍ଶନର ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଚକ୍ଷୁ ନୁହେଁ; ତାହା ମସ୍ତିଷ୍କ ଅନ୍ତର୍ଗତ ସ୍ନାୟୁ-କେନ୍ଦ୍ରରେ ଅବସ୍ଥିତ । ଅନ୍ୟ ସକଳ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମଧ୍ୟ ଏହି କଥା ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ସେମାନେ ପୁନଶ୍ଚ କହନ୍ତି—ମସ୍ତିଷ୍କ ଯେଉଁ ପଦାର୍ଥରେ ନିର୍ମିତ, ଏହି କେନ୍ଦ୍ରଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ସେହି ପଦାର୍ଥରେ ନିର୍ମିତ । ସାଂଖ୍ୟଗଣ ମଧ୍ୟ ଏହି କଥା ହିଁ କହିଥାଆନ୍ତି; ତେବେ ସାଂଖ୍ୟର ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଦିଗରୁ, ଆଉ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନଙ୍କର ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଭୌତିକ ଦିଗରୁ; କିନ୍ତୁ ଉଭୟଙ୍କ କଥା ଏକ । ସେ ଯାହାହେଉ, ଆମର ଗବେଷଣାର କ୍ଷେତ୍ର ଏହାର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଅବସ୍ଥିତ ।

ଯୋଗୀ ଏପରି ଏକ ସୂକ୍ଷ୍ମାନୁଭୂତି ଲାଭ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି, ଯାହାଦ୍ୱାରା ସେ ବିଭିନ୍ନ ମାନସିକ ଅବସ୍ଥାଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିପାରିବେ । ଏହି ମାନସିକ ଅନୁଭୂତି ଅବଶ୍ୟ ହିଁ ସମ୍ଭବ । ବିଷୟସମୂହଦ୍ୱାରା ବହିରିନ୍ଦ୍ରିୟରେ ଉତ୍ପନ୍ନ ସମ୍ବେଦନା କିପରି ସ୍ନାୟୁ-ମାର୍ଗରେ ଭ୍ରମଣ କରେ, ମନ କିପରି ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଗ୍ରହଣ କରେ, କି ଉପାୟରେ ସେଗୁଡ଼ିକ ପୁଣି ନିଶ୍ଚୟାତ୍ମିକା ବୁଦ୍ଧିକୁ ଗମନ କରନ୍ତି, ପରିଶେଷରେ କିପରି ଭାବରେ ତାହା ପୁରୁଷଙ୍କ ନିକଟକୁ ଯାଏ—ଏସବୁ ଅନୁଭବ କରାଯାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶିକ୍ଷାର କେତେଗୁଡ଼ିଏ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରଣାଳୀ ଅଛି । ଯେ କୌଣସି ବିଜ୍ଞାନର ଶିକ୍ଷା ପାଇଁ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ପ୍ରାଥମିକ ପ୍ରସ୍ତୁତିର ପ୍ରୟୋଜନ, ଆମେ ତାହାର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରଣାଳୀ ଅନୁସରଣ କଲେ ଉକ୍ତ ବିଜ୍ଞାନକୁ ବୁଝିପାରିବା । ରାଜଯୋଗ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମଧ୍ୟ ଏହା ସତ୍ୟ ।

ଆହାର ସମ୍ବନ୍ଧରେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ନିୟମ ଆବଶ୍ୟକ । ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ମନ ଖୁବ୍ ପବିତ୍ର ରହେ, ଏହିପରି ଆହାର କରିବାକୁ ହେବ । କୌଣସି ପଶୁଶାଳା ଭିତରକୁ ଯାଇ ଦେଖିଲେ, ଆହାର ସହିତ ଶରୀରର କଅଣ ସମ୍ବନ୍ଧ ତାହା ବୁଝିହୁଏ । ହସ୍ତୀ ଅତି ବୃହଦାକାର ଜନ୍ତୁ, କିନ୍ତୁ ତା'ର ପ୍ରକୃତି ଅତି ଶାନ୍ତ; ପୁଣି ସିଂହ ବା ବାଘର ପିଞ୍ଜରା ନିକଟକୁ ଗଲେ ଦେଖିବ—ସେମାନେ ଅସ୍ଥିର, ଚଞ୍ଚଳ । ଏଥିରୁ ବୁଝାଯାଏ ଯେ ଆହାରର ତାରତମ୍ୟ ହେତୁ କିପରି ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଥାଏ । ଆମ ଶରୀରରେ ଯେତେଗୁଡ଼ିଏ ଶକ୍ତି କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଅଛି, ତାହାସବୁ ଆହାରରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ—ଏହା ଆମେ ପ୍ରତିଦିନ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ । ଯଦି ଉପବାସ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କର, ତୁମର ଶରୀର ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯିବ, ଦୈହିକ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ହ୍ରାସ ପାଇବ; ପୁଣି

କେତେଦିନ ପରେ ମାନସିକ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ହ୍ରାସ ପାଇବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିବ । ତାପରେ ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି ଲୁପ୍ତ ହେବ ଏବଂ ପରେ ଏପରି ଏକ ସମୟ ଆସିବ, ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଚିନ୍ତା କରିବା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ସମର୍ଥ ହେବ ନାହିଁ । ଯୁକ୍ତି ବିଚାର କରିବା ତ ଦୂରର କଥା । ସେଥିପାଇଁ ସାଧନାର ପ୍ରଥମାବସ୍ଥାରେ ଖାଦ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ବିଶେଷ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିବାକୁ ହେବ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ଆମେ ସାଧନାରେ ଅଧିକ ଅଗ୍ରସର ହେବା, ସେତେବେଳେ ଏ ବିଷୟରେ ଆଉ ଏତେ ସାବଧାନତାର ପ୍ରୟୋଜନ ରହିବ ନାହିଁ । ଚାରା ଗଛ ଯେତେଦିନଯାଏ ବଢୁଥାଏ, ସେତେଦିନ ଏହାର ଚାରିଆଡ଼େ ବାଡ଼ ଦେଇ ରଖିବାକୁ ପଡ଼େ, କାଳେ ଏହାର କୌଣସି କ୍ଷତି ହେବ; କିନ୍ତୁ ଗଛ ବଡ଼ ହୋଇଗଲେ ବାଡ଼ ଉଠାଇନେବାକୁ ପଡ଼େ, କାରଣ ସେତେବେଳେ ତାହାର ଆକ୍ରମଣ ଓ ଅତ୍ୟାଚାର ପ୍ରତିରୋଧ କରିବା ଭଳି ଯଥେଷ୍ଟ ଶକ୍ତି ହୋଇଥାଏ ।

ଯୋଗୀ ଅଧିକ ବିଳାସ ଓ କଠୋରତା ଉଭୟକୁ ତ୍ୟାଗ କରିବେ । ତାଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଉପବାସ ଅଥବା ଶରୀରକୁ ଅତ୍ୟଧିକ କ୍ଲେଶ ଦେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଗୀତାକାର କହିଛନ୍ତି, ଯିଏ ନିଜକୁ ଅନର୍ଥକ କ୍ଲେଶ ଦିଅନ୍ତି, ସେ କେବେହେଲେ ଯୋଗୀ ହୋଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଅତିଭୋଜନକାରୀ, ଅତ୍ୟଧିକ ଉପବାସୀ, ଅଧିକ ଜାଗରଣଶୀଳ, ଅଧିକ ନିଦ୍ରାଳୁ, ଅତିରିକ୍ତ କର୍ମପରାୟଣ ଅଥବା ଏକାବେଳକେ ନିଷ୍କର୍ମା—ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେହିହେଲେ ଯୋଗୀ ହୋଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ ।*

---

*ନାତ୍ୟଶ୍ନତସ୍ତୁ ଯୋଗାଽସ୍ତି ନ ଚୈକାନ୍ତମନଶ୍ନତଃ ।
ନ ଚାତିସ୍ୱପ୍ନଶୀଳସ୍ୟ ଜାଗ୍ରତୋ ନୈବ ଚାର୍ଜୁନ ॥
ଯୁକ୍ତାହାରବିହାରସ୍ୟ ଯୁକ୍ତଚେଷ୍ଟାସ୍ୟ କର୍ମସୁ ।
ଯୁକ୍ତସ୍ୱପ୍ନାବବୋଧସ୍ୟ ଯୋଗୋ ଭବତି ଦୁଃଖହା ॥

—ଗୀତା, ୬/୧୬-୧୭

ଦ୍ୱିତୀୟ ଅଧ୍ୟାୟ

ସାଧନାର ପ୍ରଥମ ସୋପାନ

ରାଜଯୋଗ ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗଯୁକ୍ତ । ୧ମ—ଯମ ଅର୍ଥାତ୍ ଅହିଂସା, ସତ୍ୟ, ଅସ୍ତେୟ (ଅଚୌର୍ଯ୍ୟ), ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ, ଅପରିଗ୍ରହ । ୨ୟ—ନିୟମ ଅର୍ଥାତ୍ ଶୌଚ, ସନ୍ତୋଷ, ତପସ୍ୟା, ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ (ଅଧ୍ୟାତ୍ମଶାସ୍ତ୍ର-ପାଠ) ଓ ଈଶ୍ୱର-ପ୍ରଣିଧାନ ବା ଈଶ୍ୱରଙ୍କଠାରେ ଆତ୍ମ-ସମର୍ପଣ । ୩ୟ—ଆସନ ଅର୍ଥାତ୍ ବସିବାର ପ୍ରଣାଳୀ । ୪ର୍ଥ—ପ୍ରାଣାୟାମ । ୫ମ—ପ୍ରତ୍ୟାହାର ଅର୍ଥାତ୍ ମନର ବିଷୟାଭିମୁଖୀ ଗତିକୁ ଫେରାଇ ତାହାକୁ ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ କରିବା । ୬ଷ୍ଠ—ଧାରଣା ଅର୍ଥାତ୍ ଏକାଗ୍ରତା । ୭ମ—ଧ୍ୟାନ । ୮ମ—ସମାଧି ଅର୍ଥାତ୍ ଜ୍ଞାନାତୀତ ଅବସ୍ଥା ।

ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉଛୁ, ଯମ ଓ ନିୟମ ଚରିତ୍ରଗଠନର ସାଧନ; ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଭିତ୍ତିରୂପେ ନ ରଖିଲେ କୌଣସିପ୍ରକାର ଯୋଗ-ସାଧନା ସିଦ୍ଧ ହେବ ନାହିଁ । ଯମ ଓ ନିୟମରେ ଦୃଢ଼ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଲେ ଯୋଗୀ ତାଙ୍କର ସାଧନାରେ ଅଗ୍ରସର ହୁଅନ୍ତି । ଏଗୁଡ଼ିକର ଅଭାବରେ ସାଧନାରେ କୌଣସି ଫଳ ମିଳିବ ନାହିଁ । ଯୋଗୀ କାୟମନୋବାକ୍ୟରେ କାହାରି ପ୍ରତି କେବେହେଲେ ଅନିଷ୍ଟଭାବ ପୋଷଣ କରିବେ ନାହିଁ । ତାଙ୍କର କରୁଣା କେବଳ ଯେ ମନୁଷ୍ୟ ଜାତିରେ ଆବଦ୍ଧ ରହିବ ତାହା ନୁହେଁ । ବରଂ ତାହା ଆହୁରି ବ୍ୟାପକ ହୋଇ ସମଗ୍ର ଜଗତକୁ ଆଲିଙ୍ଗନ କରିବ ।

ପରବର୍ତ୍ତୀ ସୋପାନ 'ଆସନ' । ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମର କୌଣସି ଉଚ୍ଚ ଅବସ୍ଥା ଲାଭ ନ ହୋଇଛି, ସେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟହ ନିୟମିତ ଭାବରେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଗୋଟିଏ ପରେ ଗୋଟିଏ ଅଭ୍ୟାସ କରିଯିବାକୁ ହେବ । ଅତଏବ ବହୁ ସମୟ ଧରି ଏକ ଭାବରେ ବସି ରହି ହୁଏ, ଏପରି ଗୋଟିଏ ଆସନ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ବିଶେଷ ପ୍ରୟୋଜନ । ଯାହାକୁ ଯେଉଁ ଆସନରେ ବସିଲେ ଭଲ ଲାଗିବ, ସେ ସେହି ଆସନ ବାଛି ନେବ । ଜଣକ ପକ୍ଷରେ ଏକପ୍ରକାର ଆସନରେ ବସି ଚିନ୍ତା କରିବା ସହଜ ହୋଇପାରେ; କିନ୍ତୁ ଅନ୍ୟଜଣଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ହୁଏତ ସେହି ଭାବରେ ବସିବା କଠିନ ହୋଇପାରେ । କ୍ରମଶଃ ଆମେମାନେ ବୁଝିପାରିବୁ ଯୋଗ-ସାଧନ କାଳରେ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ନାନା ପ୍ରକାର କାର୍ଯ୍ୟ ଚାଲୁଥାଏ । ସ୍ନାୟବୀୟ ଶକ୍ତିପ୍ରବାହଗୁଡ଼ିକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରି ନୂତନ ପଥରେ ପ୍ରବାହିତ କରିବାକୁ ହେବ; ସେତେବେଳେ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ନୂତନ ପ୍ରକାରର ସ୍ପନ୍ଦନ ବା କ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ ହେବ; ସମଗ୍ର ଶରୀରଟି ଯେପରି ପୁନର୍ଗଠିତ ହୋଇଯିବ । ଏହି କ୍ରିୟାର ଅଧିକାଂଶ ଭାଗ ମେରୁଦଣ୍ଡ ଅଭ୍ୟନ୍ତରରେ ହେବ; ସୁତରାଂ ଆସନ କଲାବେଳେ ମେରୁଦଣ୍ଡକୁ ସହଜ ଭାବରେ ରଖିବାକୁ ହେବ, ସଳଖ ହୋଇ ବସିବାକୁ ହେବ । ଆଉ ବକ୍ଷ, ଗ୍ରୀବା ଓ ମସ୍ତକ ସମଭାବରେ ରଖିବାକୁ ହେବ—ଯେପରି ଦେହର ସମଗ୍ର ଓଜନ ପଞ୍ଜରାଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ପଡ଼େ । ବକ୍ଷଦେଶ ବକ୍ର ରହିଲେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଉଚ୍ଚତର ଚିନ୍ତା କରିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ, ଏହା ଆମେ ସହଜରେ ବୁଝିପାରିବୁ ।

ରାଜଯୋଗର ଏହି ଅଂଶଟି ହଠଯୋଗ ସହିତ କେତେକାଂଶରେ ସମାନ । ହଠଯୋଗ କେବଳ ସ୍ଥୂଳଦେହର ଚର୍ଚ୍ଚା କରେ, ଏହାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସ୍ଥୂଳଦେହକୁ ସବଳ କରିବା । ହଠଯୋଗ

ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆମେ କୌଣସି ଆଲୋଚନା କରିବୁ ନାହିଁ, କାରଣ ଏହାର କ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକ ଅତ୍ୟନ୍ତ କଠିନ । ଏହା ସହଜରେ ଶିକ୍ଷା କରାଯାଏ ନାହିଁ; ଅଧିକନ୍ତୁ ଏହାଦ୍ୱାରା ବେଶୀ କିଛି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଉନ୍ନତି ମଧ୍ୟ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏହି ସକଳ କ୍ରିୟାର ଅଧିକାଂଶ ଡେଲସାର୍ଟ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବ୍ୟାୟାମାଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ଏଗୁଡ଼ିକଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଶରୀରକୁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଆସନରେ ସ୍ଥିର ରଖାଯାଏ । ଏଗୁଡ଼ିକର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଦୈହିକ ଉନ୍ନତି, ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ନୁହେଁ । ଶରୀରରେ ଏପରି କୌଣସି ପେଶୀ ନାହିଁ, ଯାହା ମନୁଷ୍ୟ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବରେ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରି ନ ପାରେ—ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ମଧ୍ୟ ହଠଯୋଗୀଙ୍କ ଆଦେଶରେ ରୁଦ୍ଧ ଅଥବା ଚାଳିତ ହୋଇପାରେ ।

ମନୁଷ୍ୟକୁ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ କରିବା ହିଁ ହଠଯୋଗର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ହଠଯୋଗୀମାନଙ୍କର ଏକମାତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ । 'ମୋର ଯେପରି କୌଣସି ପୀଡ଼ା ନ ହୁଏ'—ଏହା ହିଁ ହଠଯୋଗୀମାନଙ୍କର ଦୃଢ଼ ସଙ୍କଳ୍ପ । ତେଣୁ ହଠଯୋଗୀଙ୍କର ପୀଡ଼ା ହୁଏ ନାହିଁ; ସେ ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ମଧ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି; ଶତବର୍ଷ ଜୀବିତ ରହିବା ତାଙ୍କ ପକ୍ଷରେ କିଛି ନୁହେଁ । ଦେଢ଼ଶହ ବର୍ଷ ବୟସରେ ମଧ୍ୟ ସେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୁବା ଓ ସତେଜ ଥାଆନ୍ତି; ତାଙ୍କର ଗୋଟିଏ ହେଲେ କେଶ ଶୁଭ୍ର ହୁଏ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ହଠଯୋଗର ଉପକାରିତା ଏତିକି ମାତ୍ର । ବଟବୃକ୍ଷ କେବେ କେବେ ପାଞ୍ଚ ହଜାର ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜୀବିତ ଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଏହା ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଟବୃକ୍ଷ ହିଁ ରହେ, ତାଠାରୁ ଅଧିକ କିଛି ନୁହେଁ । ଦୀର୍ଘଜୀବୀ ମନୁଷ୍ୟ ଗୋଟିଏ ସୁସ୍ଥକାୟ ପ୍ରାଣୀ ମାତ୍ର, ବେଶୀ କିଛି ନୁହେଁ ।

ହଠଯୋଗୀମାନଙ୍କର ଗୋଟିଏ ଦୁଇଟି ଉପଦେଶ ଖୁବ୍ ଉପକାରୀ । ଶିରପୀଡ଼ା ହେଲେ ଶଯ୍ୟାରୁ ଉଠିଲା ମାତ୍ରେ ନାସିକା ଦେଇ ଶୀତଳ ଜଳ ପାନ କରିବ, ତାହେଲେ ସାରାଦିନ ତୁମର ମସ୍ତିଷ୍କ ବେଶ୍ ପରିଷ୍କାର ଓ ଶୀତଳ ରହିବ । ତୁମକୁ କେବେହେଲେ ଥଣ୍ଡା ଧରିବ ନାହିଁ । ନାସିକା ଦେଇ ଜଳପାନ କରିବା କଠିନ ନୁହେଁ । ନାସିକା ଜଳରେ ବୁଡ଼ାଇ ନାସା ଦେଇ ଜଳ ଟାଣ, ଜଳ ଆପେ ଭିତରକୁ ଯିବ ।

ଆସନ ସିଦ୍ଧ ହେଲେ କୌଣସି କୌଣସି ମତ ଅନୁସାରେ ନାଡ଼ୀଶୁଦ୍ଧି କରିବାକୁ ହୁଏ । ଏହା ରାଜଯୋଗର ଅନ୍ତର୍ଗତ ନୁହେଁ ବୋଲି ଅନେକେ ଏହାର ଆବଶ୍ୟକତା ସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତି ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ଭାଷ୍ୟକାର ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ସଦୃଶ ପ୍ରାମାଣିକ ଏହାର ବିଧାନ ଦେଇଛନ୍ତି, ଯେତେବେଳେ ମୁଁ ମନେକରେ, ଏହାର ଉଲ୍ଲେଖ କରିବା ଉଚିତ । ମୁଁ ଶ୍ୱେତାଶ୍ୱତର ଉପନିଷଦ୍‌ର ଭାଷ୍ୟରୁ ଏ ବିଷୟରେ ତାଙ୍କର ମତ ଉଦ୍ଧୃତ କରିବି— 'ପ୍ରାଣାୟାମଦ୍ୱାରା ଯେଉଁ ମନର ଆବିଳତା ବିଧୌତ ହୋଇଅଛି, ସେହି ମନ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମରେ ସ୍ଥିର ହୁଏ । ଏଥିପାଇଁ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ପ୍ରାଣାୟାମ ବିଷୟ କଥିତ ହୋଇଅଛି । ପ୍ରଥମେ ନାଡ଼ୀଶୁଦ୍ଧି କରିବାକୁ ପଡ଼େ, ତେବେ ଯାଇ ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବାର ଶକ୍ତି ଆସେ । ବୃଦ୍ଧାଙ୍ଗୁଷ୍ଠଦ୍ୱାରା ଦକ୍ଷିଣ ନାସାପୁଟ ଧାରଣ କରି ବାମ ନାସାଦ୍ୱାରା ଯଥାଶକ୍ତି ବାୟୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହେବ, ପରେ ବିନ୍ଦୁମାତ୍ର ସମୟ କ୍ଷୟ ନ କରି ବାମ ନାସା ବନ୍ଦ କରି ଦକ୍ଷିଣ ନାସାଦ୍ୱାରା ବାୟୁ ରେଚନ କରିବାକୁ ହେବ । ପୁନରାୟ ଦକ୍ଷିଣ ନାସାଦ୍ୱାରା ବାୟୁ ଗ୍ରହଣ କରି ଯଥାଶକ୍ତି ବାମ ନାସା ଦେଇ ବାୟୁ ରେଚନ କର । ଅହୋରାତ୍ର ଚାରି ଥର ଅର୍ଥାତ୍ ଉଷା, ମଧ୍ୟାହ୍ନ, ସାୟାହ୍ନ ଓ ନିଶୀଥ, ଏହି

ଚାରି ସମୟରେ ପୂର୍ବୋକ୍ତ କ୍ରିୟା ତିନି ଥର ଅଥବା ପାଞ୍ଚ ଥର ଅଭ୍ୟାସ କଲେ ଏକ ପକ୍ଷ ଅଥବା ଏକ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ନାଡ଼ୀ-ଶୁଦ୍ଧି ହେବ, ତା ପରେ ଯାଇ ଆମର ପ୍ରାଣାୟାମରେ ଅଧିକାର ଆସିବ ।'*

ଅଭ୍ୟାସ ହିଁ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ତୁମେ ପ୍ରତିଦିନ ଅନେକ ସମୟ ବସିରହି ମୋ କଥା ଶୁଣିପାର, କିନ୍ତୁ ଅଭ୍ୟାସ ନ କଲେ ବିନ୍ଦୁଏ ମାତ୍ର ଅଗ୍ରସର ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ । ସାଧନ ଉପରେ ସବୁକିଛି ନିର୍ଭର କରେ । ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷାନୁଭୂତି ନ ହେଲେ ଏ ସକଳ ତତ୍ତ୍ୱ କିଛି ହେଲେ ବୁଝିହୁଏ ନାହିଁ । ନିଜେ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ହେବ, କେବଳ ବ୍ୟାଖ୍ୟା ଓ ମତ ଶୁଣିଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ସାଧନରେ ଅନେକ ବିଘ୍ନ ଅଛି । ପ୍ରଥମ ବିଘ୍ନ ବ୍ୟାଧିଗ୍ରସ୍ତ ଦେହ-ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ନ ରହିଲେ ସାଧନରେ ବ୍ୟତିକ୍ରମ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାକୁ ହେବ । କି ପ୍ରକାର ପାନାହାର କରିବ, କିପରି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ— ଏ ସକଳ ବିଷୟ ପ୍ରତି ବିଶେଷ ଯତ୍ନ ଓ ମନୋଯୋଗ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଶରୀରକୁ ସବଳ ରଖିବା ପାଇଁ ସର୍ବଦା ମନର ଶକ୍ତି ପ୍ରୟୋଗ କର—'ଖ୍ରୀଷ୍ଟିୟାନ୍ ସାୟେନ୍ସ୍' (Christian Science)** ମତାବଲମ୍ବୀମାନେ ସାଧାରଣତଃ ଯେପରି କରିଥାଆନ୍ତି । ବାସ ସେତିକି, ଶରୀର ପାଇଁ ଅନ୍ୟ ଆଉ କିଛି କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟସାଧନର ଗୋଟିଏ ଉପାୟ ମାତ୍ର— ଏହା ଯେପରି ଆମେ କେବେହେଲେ ନ ଭୁଲୁ । ଯଦି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ହିଁ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହୁଅନ୍ତା, ତେବେ ତ ଆମେ ପଶୁତୁଲ୍ୟ ହୋଇଥାଆନ୍ତୁ । ପଶୁମାନେ କଦାଚିତ୍ ଅସୁସ୍ଥ ହୁଅନ୍ତି ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ବିଘ୍ନ ହେଉଛି ସନ୍ଦେହ । ଆମେ ଯାହା ଦେଖିପାରୁନାହୁଁ, ସେ ବିଷୟରେ ସନ୍ଦିଗ୍ଧ ହୋଇଥାଉ । ମନୁଷ୍ୟ ଯେତେ ଚେଷ୍ଟା କରୁ ନା କାହିଁକି, କେବଳ କଥା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ସେ କେବେହେଲେ ସ୍ଥିର ନିଶ୍ଚିତ ରହିପାରେ ନାହିଁ ଏବଂ ଏହି କାରଣରୁ ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ରୋକ୍ତ ବିଷୟର ସତ୍ୟତା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ସନ୍ଦେହ ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ । ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ମଧ୍ୟ ବେଳେବେଳେ ସନ୍ଦେହ କରିଥାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ସାଧନ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲେ ଅତି ଅଳ୍ପ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ କିଛି କିଛି ଆଭାସ ମିଳେ ଏବଂ ସାଧନ ବିଷୟରେ ଆମର ଉତ୍ସାହ ବର୍ଦ୍ଧିତ ହୁଏ । ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ରର ଜନୈକ ଟୀକାକାର କହିଛନ୍ତି, 'ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ରର' ସତ୍ୟତା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଯଦି

---

* ପ୍ରାଣାୟାମ - କ୍ଷୟିତ—ମନୋମଳସ୍ୟ ଚିତ୍ତଂ ବ୍ରହ୍ମଣି ସ୍ଥିତଂ ଭବତୀତି ପ୍ରାଣାୟାମୋ ନିର୍ଦ୍ଦିଶ୍ୟତେ । ପ୍ରଥମଂ ନାଡ଼ୀଶୋଧନଂ କର୍ତ୍ତବ୍ୟମ୍ । ତତଃ ପ୍ରାଣାୟାମେଽଧିକାରଃ । ଦକ୍ଷିଣ-ନାସିକାପୁଟମଙ୍ଗୁଲ୍ୟାବଷ୍ଟଭ୍ୟ ବାମେନ ବାୟୁଂ ପୂରୟେଦ୍ ଯଥାଶକ୍ତି । ତତୋଽନନ୍ତରମୁତ୍ସୃଜ୍ୟୈବଂ ଦକ୍ଷିଣେନ ପୁଟେନ ସମୁତ୍ସୃଜେତ୍ । ସବ୍ୟମପି ଧାରୟେତ୍ । ପୁନର୍ଦକ୍ଷିଣେନ ପୂରୟିତ୍ୱା ସବ୍ୟେନ ସମୁତ୍ସୃଜେତ୍ ଯଥାଶକ୍ତି । ତ୍ରିଃପଞ୍ଚକୃତ୍ୱୋ ବୈବମଭ୍ୟସ୍ୟତଃ ସବନଚତୁଷ୍ଟୟମପରରାତ୍ରେ ମଧ୍ୟାହ୍ନେ ପୂର୍ବରାତ୍ରେଽର୍ଦ୍ଧରାତ୍ରେ ଚ ପକ୍ଷାନ୍ମାସାଦ୍ୱିଶୁଦ୍ଧିର୍ଭବତି ।

—ଶଙ୍କରଭାଷ୍ୟ, ଶ୍ୱେତାଶ୍ୱତର ଉପନିଷଦ୍, ୨/୮

** Chirstian Science– ଏହି ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ମିସେସ୍ ଏଡ଼ି (Mrs. Eddy)ନାମକ ଏକ ଆମେରିକାନ୍ ମହିଳାଙ୍କଦ୍ୱାରା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୁଏ । ତାଙ୍କ ମତରେ ଜଡ଼ ବୋଲି ବାସ୍ତବିକ କୌଣସି ପଦାର୍ଥ ନାହିଁ । ତାହା କେବଳ ମନର ଭ୍ରମ ମାତ୍ର । ବିଶ୍ୱାସ କରିବାକୁ ହେବ ଯେ ଆମର କୌଣସି ରୋଗ ନାହିଁ, ତା'ହେଲେ ଆମେ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ରୋଗମୁକ୍ତ ହେବୁ । ଏହି ବିଦ୍ୟାର (Chirstian Science) ନାମକରଣ ହେବାର କାରଣ ହେଉଛି, ଏହି ମତାବଲମ୍ବୀମାନେ କହନ୍ତି, 'ଆମେ ଖ୍ରୀଷ୍ଟଙ୍କ ପ୍ରକୃତ ପଦାନୁସରଣକାରୀ । ଖ୍ରୀଷ୍ଟ ଯେଉଁ ସକଳ ଅଦ୍ଭୁତ କ୍ରିୟା କରିଥିଲେ, ଆମେ ମଧ୍ୟ ସେଥିରେ ସମର୍ଥ ଏବଂ ସର୍ବପ୍ରକାର ଦୋଷଶୂନ୍ୟ ଜୀବନଯାପନ କରିବା ଆମମାନଙ୍କର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ।'

ଗୋଟିଏ ସାମାନ୍ୟ ପ୍ରମାଣ ମିଳେ, ସେଥିରୁ ହିଁ ସମଗ୍ର ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର ଉପରେ ଆମର ବିଶ୍ୱାସ ହେବ । କେତେ ମାସ ସାଧନା ପରେ ଦେଖିବ ଯେ ତୁମେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ମନୋଭାବ ବୁଝିପାରୁଛ, ସେଗୁଡ଼ିକ ତୁମ ନିକଟକୁ ଛବି ପରି ଆସୁଛି; ଅତି ଦୂରରେ କୌଣସି ଶବ୍ଦ ବା କଥାବାର୍ତ୍ତା ହେଉଛି, ଯଦି ତୁମେ ମନ ଏକାଗ୍ର କରି ଶୁଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବ ତା'ହେଲେ ହୁଏତ ତାହା ଶୁଣିପାରିବ । ପ୍ରଥମ ଅବସ୍ଥାରେ ଏସବୁ ଘଟଣା ବେଶୀ ଦେଖିପାରିବ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ଯାହା ଦେଖିବ ସେଥିରୁ ହିଁ ତୁମର ବିଶ୍ୱାସ, ବଳ ଓ ଆଶା ବଢ଼ିବ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଯଦି ନାସିକାଗ୍ରରେ ଚିତ୍ତ ସଂଯମ କର, ତେବେ ଅଳ୍ପ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ହିଁ ଦିବ୍ୟ ସୁଗନ୍ଧ ଆଘ୍ରାଣ କରିପାରିବ ଓ ବୁଝିପାରିବ ଯେ, ଆମର ମନ ବସ୍ତୁର ବାସ୍ତବ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ନ ଆସି ମଧ୍ୟ ତାହା ଅନୁଭବ କରିପାରେ । କିନ୍ତୁ ଆମମାନଙ୍କର ସର୍ବଦା ସ୍ମରଣ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ଯେ, ଏହି ସକଳ ସିଦ୍ଧିର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଭାବରେ କୌଣସି ମୂଲ୍ୟ ନାହିଁ, ଏଗୁଡ଼ିକ ଆମମାନଙ୍କର ପ୍ରକୃତ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସାଧନର ସହାୟ ମାତ୍ର । ଆମମାନଙ୍କୁ ସ୍ମରଣ ରଖିବାକୁ ହେବ ଯେ, ଏ ସକଳ ସାଧନର ଏକମାତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ—ଏକମାତ୍ର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଆତ୍ମାର ମୁକ୍ତି । ପ୍ରକୃତିକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବା ହିଁ ଆମମାନଙ୍କର ଏକମାତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ; ଏହା ଅପେକ୍ଷା ଛୋଟ କୌଣସି ଆଦର୍ଶ ଆମମାନଙ୍କର ଲକ୍ଷ୍ୟ ହୋଇ ନ ପାରେ । ଆମେ ପ୍ରକୃତି ଉପରେ ପ୍ରଭୁତ୍ୱ କରିବୁ, ପ୍ରକୃତିର କ୍ରୀତଦାସ ହେବୁ ନାହିଁ । ଶରୀର ବା ମନ କିଛି ହେଲେ ଯେପରି ଆମମାନଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରଭୁତ୍ୱ କରି ନ ପାରେ; ପୁନଶ୍ଚ ଏକଥା ମଧ୍ୟ ଆମମାନଙ୍କର ବିସ୍ମୃତ ହେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ଯେ—ଶରୀର ମୋର, ମୁଁ ଶରୀରର ନୁହେଁ ।

ଜଣେ ଦେବତା ଓ ଜଣେ ଅସୁର ଆତ୍ମଜିଜ୍ଞାସୁ ହୋଇ ଏକ ଜ୍ଞାନୀଙ୍କ (ବ୍ରହ୍ମାଙ୍କ)* ନିକଟକୁ ଯାଇଥିଲେ । ସେମାନେ ସେହି ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ନିକଟରେ ଦୀର୍ଘକାଳ ଧରି ଶିକ୍ଷା ଗ୍ରହଣ କଲେ । କିଛିଦିନ ପରେ ମହାପୁରୁଷ ସେମାନଙ୍କୁ କହିଲେ, 'ତୁମେମାନେ ଯାହାଙ୍କୁ ଅନ୍ୱେଷଣ କରୁଅଛ, ତୁମେମାନେ ନିଜେ ସେହି ପୁରୁଷ ।' ସେମାନେ ଭାବିଲେ, ତେବେ 'ଦେହ ହିଁ ବୋଧହୁଏ ଆତ୍ମା ।' ସେତେବେଳେ ସେମାନେ ଉଭୟେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ଚିତ୍ତରେ ସ୍ୱସ୍ୱ ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରସ୍ଥାନ କଲେ । ସେମାନେ ସ୍ୱଜାତିଙ୍କ ନିକଟକୁ ଫେରିଯାଇ କହିଲେ, 'ଆମେ ଯାହା ଶିକ୍ଷଣୀୟ ତାହା ସମସ୍ତ ଶିକ୍ଷାକରି ଆସିଅଛୁ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଚାଲ, ପାନଭୋଜନ କରିବା ଓ ଆନନ୍ଦରେ ମତ୍ତ ହେବା—କାରଣ ଆମେ ହିଁ ସେହି ଆତ୍ମା; ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପଦାର୍ଥ ନାହିଁ ।' ଅସୁରର ସ୍ୱଭାବ ଅଜ୍ଞାନମେଘରେ ଆବୃତ ଥିଲା, ସୁତରାଂ ସେ ଆଉ ଏ ବିଷୟରେ ଅଧିକ କିଛି ଅନ୍ୱେଷଣ କଲା ନାହିଁ । ନିଜକୁ ଆତ୍ମା ବା ଈଶ୍ୱର ଭାବି ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହେଲା; 'ଆତ୍ମା' କହିଲେ ସେ ଦେହକୁ ବୁଝିଲା । କିନ୍ତୁ ଦେବତାଙ୍କର ସ୍ୱଭାବ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ପବିତ୍ର ଥିଲା, ସେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଥମେ ଏହି ଭ୍ରମରେ ପଡ଼ିଥିଲେ ଯେ, 'ମୁଁ' ଅର୍ଥରେ ଏହି ଶରୀର, ଏହା ହିଁ ବ୍ରହ୍ମ; ଅତଏବ ଏହାକୁ ସବଳ ଓ ସୁସ୍ଥ ରଖ, ସୁନ୍ଦର ବସନଭୂଷଣରେ ସଜାଅ, ସର୍ବପ୍ରକାର ଦୈହିକ ସୁଖ ସମ୍ଭୋଗ କର । କିନ୍ତୁ କିଛିଦିନ ଯାଇଛି କି ନାହିଁ, ତାଙ୍କର ବୋଧ ହେଲା, ଗୁରୁଙ୍କ ଉପଦେଶ ଏହା ନୁହେଁ, ଏହା ଅପେକ୍ଷା ଉଚ୍ଚତର ଅର୍ଥ କିଛି ଅଛି । ସେ ସେତେବେଳେ ଗୁରୁଙ୍କ ନିକଟକୁ ଫେରି ଆସି ପଚାରିଲେ, 'ଗୁରୁଦେବ, ଆପଣଙ୍କ ଶିକ୍ଷାର

* ଇନ୍ଦ୍ରବିରୋଚନସମ୍ବାଦ—ଛାନ୍ଦୋଗ୍ୟ ଉପ., (୮।୭।୧୫) ଦ୍ରଷ୍ଟବ୍ୟ ।

ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ କଣ ଏହା ଯେ, ଶରୀର ହିଁ ଆତ୍ମା ?—କିନ୍ତୁ ତାହା କିପରି ସମ୍ଭବ ? ଶରୀରମାତ୍ରେ ମୃତ୍ୟୁମୁଖରେ ପତିତ ହୁଏ, କିନ୍ତୁ ଆତ୍ମାର ତ ମୃତ୍ୟୁ ନାହିଁ । ଆଚାର୍ଯ୍ୟ କହିଲେ, 'ତୁମେ ନିଜେ ଏହାର ଅର୍ଥ ଉପଲବ୍ଧି କର; ତୁମେ ହିଁ ସେହି ଆତ୍ମା ।' ସେତେବେଳେ ଶିଷ୍ୟ ଭାବିଲେ ଯେ, ଶରୀରରେ ଯେଉଁ ପ୍ରାଣ ରହିଅଛି, ତାହାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ବୋଧହୁଏ ଗୁରୁ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ଉପଦେଶ ଦେଇଥିବେ । କିନ୍ତୁ ସେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇଲେ ଯେ, ଭୋଜନ କଲେ ପ୍ରାଣ ସତେଜ ରହେ, ଉପବାସ କଲେ ପ୍ରାଣ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇପଡ଼େ । ସେତେବେଳେ ସେ ପୁନରାୟ ଗୁରୁଙ୍କ ନିକଟକୁ ଯାଇ କହିଲେ, 'ଗୁରୁଦେବ, ଆପଣ କଅଣ ପ୍ରାଣକୁ ଆତ୍ମା ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ?' ଗୁରୁ କହିଲେ, 'ସ୍ୱୟଂ ଏହାର ଅର୍ଥ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କର, ତୁମେ ତାହା ।' ଦେବତା ଫେରିଯାଇ ଭାବିବାକୁ ଲାଗିଲେ । ତେବେ ମନ ହିଁ 'ଆତ୍ମା' ହେବ । କିନ୍ତୁ ଶୀଘ୍ର ବୁଝିପାରିଲେ ଯେ, ମନୋବୃତ୍ତି ନାନାବିଧ, ମନରେ କେତେବେଳେ ସାଧୁବୃତ୍ତି ପୁନଶ୍ଚ କେତେବେଳେ ବା ଅସଦ୍‌ବୃତ୍ତି ଜାଗ୍ରତ ହେଉଅଛି; ମନ ଏତେ ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ ଯେ, ତାହା କେବେହେଲେ ଆତ୍ମା ହୋଇ ନ ପାରେ । ସେତେବେଳେ ସେ ପୁନରାୟ ଗୁରୁଙ୍କ ନିକଟକୁ ଯାଇ କହିଲେ, 'ମୋର ତ ମନେ ହେଉନାହିଁ ଯେ ମନ ହିଁ ଆତ୍ମା, ଆପଣଙ୍କ କଥାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ କଅଣ ଏହା ?' ଗୁରୁ କହିଲେ, 'ନା, ତୁମେ ହିଁ ତାହା । ନିଜେ ଏହାର ଅର୍ଥ ଖୋଜି ବାହାର କର ।' ଦେବତା ଫେରିଗଲେ । ଅବଶେଷରେ ତାଙ୍କର ଜ୍ଞାନୋଦୟ ହେଲା, 'ମୁଁ ସମସ୍ତ ମନୋବୃତ୍ତିର ଅତୀତ ଆତ୍ମା; ମୁଁ ଏକ, ମୋର ଜନ୍ମ ନାହିଁ, ମୃତ୍ୟୁ ନାହିଁ, ତରବାରି ମୋତେ ଛେଦନ କରିପାରେ ନାହିଁ, ଅଗ୍ନି ଦଗ୍ଧ କରିପାରେ ନାହିଁ, ବାୟୁ ଶୁଷ୍କ କରିପାରେ ନାହିଁ, ଜଳ ଦ୍ରବୀଭୂତ କରିପାରେ ନାହିଁ, ମୁଁ ଅନାଦି, ଅନନ୍ତ, ଅଚଳ, ଅସ୍ପର୍ଶ, ସର୍ବଜ୍ଞ, ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍ ପୁରୁଷ । ଆତ୍ମା ଶରୀର ବା ମନ ନୁହେଁ; ଆତ୍ମା ଏ ସକଳର ଅତୀତ ।' ଏହି ଭାବରେ ଦେବତାଙ୍କର ଜ୍ଞାନୋଦୟ ହେଲା ଏବଂ ସେ ଆନନ୍ଦରେ ତୃପ୍ତ ହେଲେ, କିନ୍ତୁ ଅସୁର ବିଚରାର ସତ୍ୟଲାଭ ହେଲା ନାହିଁ, କାରଣ ତା'ର ଦେହ ପ୍ରତି ଆସକ୍ତି ତୀବ୍ର ଥିଲା ।

ଏ ଜଗତରେ ଅସୁର ପ୍ରକୃତିର ଲୋକ ଅନେକ ଅଛନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ଦେବତା ଯେ ଆଦୌ ନାହାନ୍ତି ତାହା ନୁହେଁ । ଯଦି କେହି କହେ, 'ଆସ, ତୁମମାନଙ୍କୁ ଏପରି ଏକ ବିଦ୍ୟା ଶିଖାଇବି, ଯାହାଦ୍ୱାରା ତୁମର ଇନ୍ଦ୍ରିୟସୁଖ ଅନନ୍ତଗୁଣ ବର୍ଦ୍ଧିତ ହେବ,' ତାହେଲେ ଅଗଣିତ ଲୋକ ତାଙ୍କ ନିକଟକୁ ଦଉଡ଼ିବେ । କିନ୍ତୁ ଯଦି କେହି କହନ୍ତି, 'ଆସ ତୁମମାନଙ୍କୁ ଜୀବନର ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ବିଷୟରେ ମୁଁ ଶିକ୍ଷା ଦେବି,' ତେବେ ତାଙ୍କ ନିକଟକୁ କେହି ଯିବେ ନାହିଁ । ଉଚ୍ଚ ତତ୍ତ୍ୱକୁ ଧାରଣା କରିବାର ଶକ୍ତି ଅତି ଅଳ୍ପ ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ; ସତ୍ୟଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ଅଧ୍ୟବସାୟଶୀଳ ଲୋକଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଅତ୍ୟନ୍ତ ବିରଳ । କିନ୍ତୁ ସଂସାରରେ ପୁଣି ଏପରି କେତେକ ଲୋକ ଅଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ଜାଣନ୍ତି, ଶରୀରକୁ ହଜାରେ ବର୍ଷ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିଲେ ମଧ୍ୟ ଶେଷରେ ତା'ର ସେହି ଏକା ଗତି । ଯେଉଁ ସକଳ ଶକ୍ତିଦ୍ୱାରା ଶରୀର ବିଧୃତ ହୋଇଅଛି, ସେଗୁଡ଼ିକ ଅପସୃତ ହେଲେ ଦେହ ରହିବ ନାହିଁ । ମୁହୂର୍ତ୍ତେ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଶରୀରର ପରିବର୍ତ୍ତନ ନିବାରଣ କରିବା ପାଇଁ କେହି ସମର୍ଥ ହୋଇ ନାହାନ୍ତି । 'ଶରୀର ଆଉ କଅଣ ? ତାହା କେତେଗୁଡ଼ିଏ ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ ପରମାଣୁର ସମଷ୍ଟି ମାତ୍ର । ନଦୀର ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତରୁ ଏହି ତତ୍ତ୍ୱ ସହଜରେ ବୋଧଗମ୍ୟ ହୁଏ । ଯେପରି ତୁମ ସମ୍ମୁଖରେ ନଦୀର ଜଳରାଶି ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଅଛି, ନୂତନ ଜଳରାଶି ଆସୁଅଛି । କିନ୍ତୁ ନଦୀର ଆକାର ପୂର୍ବ

ପରି ରହିଛି । ଏ ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ସେହିପରି ।' ତଥାପି ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ଓ ବଳିଷ୍ଠ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ; କାରଣ ଶରୀର ସାହାଯ୍ୟରେ ହିଁ ଆମମାନଙ୍କୁ ଜ୍ଞାନଲାଭ କରିବାକୁ ହେବ । ଶରୀର ହିଁ ଆମମାନଙ୍କର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଯନ୍ତ୍ର ।

ବିଶ୍ୱଜଗତରେ ଏହି ମାନବଦେହ ହିଁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଦେହ ଏବଂ ମନୁଷ୍ୟ ହିଁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଜୀବ । ମନୁଷ୍ୟ ସର୍ବପ୍ରକାର ଜୀବଜନ୍ତୁଠାରୁ, ଏପରିକି ଦେବାଦିମାନଙ୍କ ଠାରୁ ମଧ୍ୟ ଉଚ୍ଚତର; ମନୁଷ୍ୟ ଅପେକ୍ଷା ଉଚ୍ଚତର ଆଉ କେହି ନାହିଁ । ଦେବତାମାନଙ୍କୁ ପୃଥିବୀରେ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ପଡ଼େ ଏବଂ ମାନବ-ଦେହ ମାଧ୍ୟମରେ ଜ୍ଞାନଲାଭ କରିବାକୁ ପଡ଼େ । ଏକମାତ୍ର ମନୁଷ୍ୟ ହିଁ ଜ୍ଞାନଲାଭର ଅଧିକାରୀ, ଦେବତାମାନେ ମଧ୍ୟ ଏ ଜ୍ଞାନରୁ ବଞ୍ଚିତ । ଇହୁଦୀ ଓ ମୁସଲମାନମାନଙ୍କ ମତରେ ଦେବଦୂତ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସବୁକିଛି ସୃଷ୍ଟି କରିବା ପରେ ଈଶ୍ୱର ମନୁଷ୍ୟକୁ ସୃଷ୍ଟି କଲେ, ତା'ପରେ ଦେବଦୂତମାନଙ୍କୁ ଡାକି ମନୁଷ୍ୟକୁ ପ୍ରଣାମ୍ ଓ ଅଭିନନ୍ଦନ କରିବାକୁ କହିଲେ । ଇବ୍ଲିଶ୍ ବ୍ୟତୀତ ସମସ୍ତେ ପ୍ରଣାମ କଲେ । ସେଥିପାଇଁ ଈଶ୍ୱର ଇବ୍ଲିଶ୍‌କୁ ଅଭିଶାପ ଦେଲେ; ସେ 'ସଇତାନ'ରେ ପରିଣତ ହେଲା । ଏହି ରୂପକର ଆବରଣରେ ଗୋଟିଏ ମହତ୍ ସତ୍ୟ ଲୁକ୍‌କାୟିତ ଅଛି—ଜଗତରେ ମାନବଜନ୍ମ ହିଁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଜନ୍ମ । ପଶ୍ୱାଦି ନିମ୍ନତର ସୃଷ୍ଟି ତମପ୍ରଧାନ । ପଶୁମାନେ କୌଣସି ଉଚ୍ଚ ତତ୍ତ୍ୱର ଧାରଣା କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଦେବତାମାନେ ମଧ୍ୟ ମନୁଷ୍ୟଜନ୍ମ ବ୍ୟତୀତ ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଅତଏବ ମନୁଷ୍ୟସମାଜରେ ଆତ୍ମୋନ୍ନତି ପାଇଁ ଅଧିକ ଅର୍ଥ ଅନୁକୂଳ ନୁହେଁ, ପୁନଶ୍ଚ ଏକାବେଳକେ ନିଃସ୍ୱ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଉନ୍ନତି ସୁଦୂରପରାହତ ହୁଏ । ମଧ୍ୟବିତ୍ତ ଶ୍ରେଣୀରୁ ହିଁ ଜଗତର ମହାପୁରୁଷ ସମସ୍ତେ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି, କାରଣ ଏହି ସ୍ତରରେ ହିଁ ବିରୋଧୀ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକର ସମନ୍ୱୟ ଓ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରକୃତ ପ୍ରସ୍ତାବର ଅନୁସରଣ କରାଯାଉ । ଆମମାନଙ୍କୁ ବର୍ତ୍ତମାନ 'ପ୍ରାଣାୟାମ' ବା ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବିଷୟ ଆଲୋଚନା କରିବାକୁ ହେବ । ଦେଖାଯାଉ, ମନର ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକୁ ଏକାଗ୍ର କରିବା ସହିତ ଏହାର କି ସମ୍ବନ୍ଧ ? ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ ଯେପରି ଏହି ଦେହ-ଯନ୍ତ୍ରର ଗତି-ନିୟାମକ ମୂଳ-ଚକ୍ର (fly-wheel) । ଗୋଟିଏ ବଡ଼ ଇଞ୍ଜିନରେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବ ଯେ, ଗୋଟିଏ ବୃହଦ୍ ଚକ୍ର ଘୂରୁଅଛି, ସେହି ଚକ୍ରର ଗତି କ୍ରମଶଃ ସୂକ୍ଷ୍ମରୁ ସୂକ୍ଷ୍ମତର ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ସଞ୍ଚାରିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଭାବରେ ସେହି ଇଞ୍ଜିନର ଅତି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗତିଶୀଳ ହୁଏ । ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ସେହି ଗତି-ନିୟାମକ ମୂଳ-ଚକ୍ର ପରି । ଏହା ଶରୀରରେ ସର୍ବତ୍ର ଯେ କୌଣସି ଆବଶ୍ୟକୀୟ ଶକ୍ତି ଯୋଗାଉଅଛି ଏବଂ ତାହାକୁ ନିୟମିତ କରୁଅଛି ।

କୌଣସି କାରଣ ହେତୁ ମନ୍ତ୍ରୀ ରାଜାଙ୍କର ଅପ୍ରିୟ ହେବାରୁ ରାଜା ତାହାଙ୍କୁ ଗୋଟିଏ ଉଚ୍ଚ ଦୁର୍ଗର ଚୂଡ଼ାରେ ଆବଦ୍ଧ କରି ରଖିବା ପାଇଁ ଆଦେଶ ଦେଲେ । ରାଜାଙ୍କ ଆଦେଶ ପ୍ରତିପାଳିତ ହେଲା; ମନ୍ତ୍ରୀ ସେଠାରେ ମୃତ୍ୟୁର ପ୍ରତୀକ୍ଷା କରିବାକୁ ଲାଗିଲେ । ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କର ପତିବ୍ରତା ଭାର୍ଯ୍ୟା ରାତିରେ ଦୁର୍ଗ ସମୀପକୁ ଆସି ଦୁର୍ଗଶୀର୍ଷସ୍ଥିତ ପତିଙ୍କୁ କହିଲେ, 'ମୁଁ କିପରି ଆପଣଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରେ କହନ୍ତୁ ।' ମନ୍ତ୍ରୀ କହିଲେ, 'ଆସନ୍ତା କାଲି ରାତିରେ ଗୋଟିଏ ଲମ୍ବା ରଜ୍ଜୁ, ବିଣ୍ଡାଏ ଶକ୍ତ ଦଉଡ଼ି, ଏକ ବଣ୍ଡିଲ ସୂତା, କିଛି ସୂକ୍ଷ୍ମ ରେଶମ ସୂତା, ଗୋଟିଏ ଗୋବର ପୋକ ଓ କିଛି ପରିମାଣର ମହୁ ଆଣିବ ।' ତାଙ୍କ ସହଧର୍ମିଣୀ ଏହି କଥା

ଶୁଣି ଅତିଶୟ ବିସ୍ମୟାବିଷ୍ଟା ହେଲେ । ଯାହାହେଉ ସେ ପତିଙ୍କ ଆଜ୍ଞାନୁସାରେ ଆବଶ୍ୟକ ଦ୍ରବ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ଆଣିଲେ । ମନ୍ତ୍ରୀ ରେଶମ ସୂତାକୁ ଦୃଢ଼ଭାବେ ଗୋବର ପୋକ ସହିତ ବାନ୍ଧିଦେଇ ତା' ଶୁଣ୍ଡରେ ବିନ୍ଦୁଏ ମହୁ ବୋଳିଦେଇ, ମୁଣ୍ଡ ଉପର ପଟକୁ ରଖି ପୋକଟିକୁ ଦୁର୍ଗ ପ୍ରାଚୀରରେ ଛାଡ଼ି ଦେବାକୁ କହିଲେ । ସ୍ତ୍ରୀ ସେହିପରି କଲେ ଏବଂ କୀଟ ମଧ୍ୟ ତାର ଦୀର୍ଘ ଯାତ୍ରା ଆରମ୍ଭ କଲା । ସମ୍ମୁଖରେ ମଧୁର ଘ୍ରାଣ ପାଇ ତାହା ଆଶାରେ ସେ ଧୀରେ ଧୀରେ ଦୁର୍ଗର ଶୀର୍ଷଦେଶରେ ଯାଇ ପହଞ୍ଚିଲା । ମନ୍ତ୍ରୀ ପୋକ ସହିତ ଲାଗିଥିବା ରେଶମ ସୂତାକୁ ଧରିଲେ, ତାପରେ ତାଙ୍କ ସ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ରେଶମ ସୂତାର ଅପର ପ୍ରାନ୍ତରେ ଶକ୍ତ ସୂତାଟିକୁ ଯୋଡ଼ିଦେବାକୁ କହିଲେ । ପରେ ଶକ୍ତ ସୂତାଟି ହସ୍ତଗତ ହେଲାରୁ ଏହି ଉପାୟରେ ସେ ଦଉଡ଼ି ଓ ଅବଶେଷରେ ମୋଟା ରଜ୍ଜୁକୁ ମଧ୍ୟ ପାଇଲେ । ବାକି କାମ ସହଜ; ଏହି ରଜ୍ଜୁ ସାହାଯ୍ୟରେ ମନ୍ତ୍ରୀ ଦୁର୍ଗରୁ ଅବତରଣ କରି ପଳାୟନ କଲେ । ଆମ ଦେହରେ ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସର ଗତି ଯେପରି ସେହି ରେଶମ-ସୂତ୍ର ଭଳି । ତାକୁ ଧାରଣ ବା ସଂଯମ କରିପାରିଲେ ସ୍ନାୟବୀୟ ଶକ୍ତିପ୍ରବାହ-ରୂପକ (nerve currents) ଶକ୍ତ ସୂତା, ତା'ପରେ ମନୋବୃତ୍ତି ରୂପକ ଶକ୍ତ ଦଉଡ଼ି, ପରିଶେଷରେ ପ୍ରାଣରୂପକ ରଜ୍ଜୁକୁ ଧରି ହୁଏ । ପ୍ରାଣକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିପାରିଲେ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିବା ସମ୍ଭବ ।

ଶରୀର ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆମକୁ କିଛି ହେଲେ ଜଣା ନାହିଁ । ସାଧ୍ୟ କେବଳ ଏତିକି ଯେ, ମୃତ ଦେହକୁ ବ୍ୟବଚ୍ଛେଦ କରି ତାହା ଭିତରେ କଅଣ ଅଛି ନ ଅଛି ତାହା ଦେଖିପାରୁ; କେହି କେହି ପୁଣି ଜୀବିତ ପ୍ରାଣୀର ଦେହକୁ ବ୍ୟବଚ୍ଛେଦ କରି କଅଣ ଅଛି ଦେଖିପାରନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଏହା ସହିତ ଆମ ଶରୀରର କୌଣସି ସଂସ୍ରବ ନାହିଁ । ଆମେ ନିଜ ଶରୀର ବିଷୟରେ ଖୁବ୍ କମ୍ ଜାଣୁ । ଜାଣୁନାହିଁ କାହିଁକି ? କାରଣ, ଆମମାନଙ୍କ ମନ ଏତେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ନୁହେଁ ଯେ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁସବୁ ଅତି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଗତି ରହିଅଛି, ତାହାକୁ ଆମେ ଧରିପାରିବା । ମନ ଯେତେବେଳେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ହୋଇ ଦେହର ଗଭୀର ପ୍ରଦେଶରେ ପ୍ରବିଷ୍ଟ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ଏହି ଗତିଗୁଡ଼ିକୁ ଜାଣିପାରୁ । ଏହିପରି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଅନୁଭୂତି ଲାଭ କରିବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରଥମେ ସ୍ଥୂଳରୁ ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ହେବ । ଦେଖିବାକୁ ହେବ, ସମଗ୍ର ଶରୀର ଯନ୍ତ୍ରକୁ ଚଳାଉଛି କିଏ ? ତାହା ପ୍ରାଣ; ଏବଂ ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ଏହି ପ୍ରାଣଶକ୍ତିର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ପ୍ରକାଶ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସକୁ ଧରି ଧୀରେ ଧୀରେ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ହେବ । ତାହାଦ୍ୱାରା ଆମେ ଶରୀରର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକୁ ଜାଣିପାରିବୁ ଯେ, ସ୍ନାୟବୀୟ ଶକ୍ତିପ୍ରବାହଗୁଡ଼ିକ କି ଭାବରେ ଶରୀରର ସର୍ବତ୍ର ଭ୍ରମଣ କରୁଅଛି । ଆଉ ଯେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଆମେ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଅନୁଭବ କରିପାରିବୁ, ସେହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ହିଁ ଏଗୁଡ଼ିକ ଏବଂ ତତ୍‌ସହିତ ଶରୀରଯନ୍ତ୍ର ମଧ୍ୟ ଆମ ଆୟତ୍ତକୁ ଆସିବ । ମନ ମଧ୍ୟ ଏହି ସକଳ ସ୍ନାୟବୀୟ ଶକ୍ତିପ୍ରବାହଦ୍ୱାରା ସଞ୍ଚାଳିତ ହେଉଅଛି, ଅତଏବ କ୍ରମେ କ୍ରମେ ଶରୀର ଓ ମନ ଆମର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆୟତ୍ତକୁ ଆସିଥାଆନ୍ତି—ଉଭୟ ଆମମାନଙ୍କର ଆଜ୍ଞାବହ ଭୃତ୍ୟ ପରି ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ଜ୍ଞାନ ହିଁ ଶକ୍ତି । ଏହି ଶକ୍ତି ଲାଭ କରିବାକୁ ହେବ । ଶରୀର ଓ ସ୍ନାୟୁମଣ୍ଡଳୀରେ ଯେଉଁ ଶକ୍ତିପ୍ରବାହ ସର୍ବଦା ଚାଲୁଅଛି, ସେଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଜ୍ଞାନଲାଭ କରିବା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ସୁତରାଂ ଆମମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଥମରୁ, ଅର୍ଥାତ୍ 'ପ୍ରାଣାୟାମ' ବା ପ୍ରାଣର ସଂଯମରୁ ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି 'ପ୍ରାଣାୟାମ' ଗୋଟିଏ ଦୀର୍ଘ ବିଷୟ; ଏହାକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ବୁଝାଇବାକୁ ହେଲେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଲାଗିବ । ଆମେ କ୍ରମାଗତ ଏହାର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ଅଂଶ ନେଇ ଆଲୋଚନା କରିବା ।

ଆମେ କ୍ରମେ ବୁଝିପାରିବା ଯେ, ପ୍ରାଣାୟାମ-ସାଧନରେ ଯେଉଁ ସକଳ କ୍ରିୟା ଆମେ କରୁ, ସେଗୁଡ଼ିକର ହେତୁ କଅଣ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ରିୟାର ଫଳରେ ଦେହରେ କେଉଁ କେଉଁ ଶକ୍ତିର ପ୍ରବାହ ଚାଳିତ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଏଥିପାଇଁ ନିରନ୍ତର ଅଭ୍ୟାସ ଆବଶ୍ୟକ । ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ହିଁ ମୋ କଥାର ସତ୍ୟତା ପ୍ରମାଣିତ ହେବ । ମୁଁ ଏ ବିଷୟରେ ଯେତେ ଯୁକ୍ତି ପ୍ରୟୋଗ କରେନା କାହିଁକି, ତୁମେମାନେ ନିଜେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ନ କରିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏଗୁଡ଼ିକ ତୁମମାନଙ୍କଦ୍ୱାରା ଗୃହୀତ ହେବ ନାହିଁ । ଯେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ସମଗ୍ର ଦେହରେ ଏହି ସକଳ ଶକ୍ତିପ୍ରବାହର ଗତି ସ୍ପଷ୍ଟ ଅନୁଭବ କରିବ, ସେହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ସବୁ ସଂଶୟ ଚାଲିଯିବ; କିନ୍ତୁ ଏହା ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରତ୍ୟହ କଠୋର ଅଭ୍ୟାସ ଆବଶ୍ୟକ । ପ୍ରତ୍ୟହ ଅନ୍ତତଃ ଦୁଇଥର ଅଭ୍ୟାସ କରିବ; ଆଉ ଏହି ଅଭ୍ୟାସ କରିବାର ଉପଯୁକ୍ତ ସମୟ ପ୍ରାତଃ ଓ ସାୟାହ୍ନ । ଯେତେବେଳେ ରଜନୀର ଅବସାନ ହୋଇ ଦିବସର ପ୍ରକାଶ ହୁଏ ଏବଂ ଦିବାବସାନ ହୋଇ ରାତ୍ରି ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ପ୍ରକୃତି ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଶାନ୍ତ ଭାବ ଧାରଣ କରେ । ପ୍ରତ୍ୟୁଷ ଓ ଗୋଧୂଳି ଏହି ଦୁଇଟି ପ୍ରକୃତିର ଶାନ୍ତ ସମୟ । ଏହି ଦୁଇ ସମୟରେ ଶରୀର ମଧ୍ୟ ସ୍ୱଭାବତଃ ଶାନ୍ତ ହେବାକୁ ଚାହେଁ । ଏହି ସମୟରେ ସାଧନା କଲେ ପ୍ରକୃତି ଆମମାନଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ । ସାଧନା ସମାପ୍ତ ନ କରି ଭୋଜନ କରିବ ନାହିଁ—ଏହିପରି ନିୟମ କର; ଏହି ନିୟମ ଫଳରେ କ୍ଷୁଧାର ପ୍ରବଳ ବେଗ ତୁମର ଆଳସ୍ୟ ଦୂର କରିଦେବ । ଭାରତରେ ବାଳକମାନଙ୍କୁ ସ୍ନାନ, ପୂଜା ଓ ସାଧନା ବ୍ୟତୀତ ଆହାର ନ କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷା ଦିଆଯାଏ । କିଛିକାଳ ପରେ ଏହା ସେମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ସ୍ୱାଭାବିକ ହୋଇଯାଏ ।

ତୁମମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଯେଉଁମାନଙ୍କର ସୁବିଧା ଅଛି, ସେମାନେ ଯଦି ସାଧନା ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଘର ରଖିପାର, ତେବେ ଉତ୍ତମ । ଏହି ଘର ଶୟନ ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରିବ ନାହିଁ—ଏହାକୁ ପବିତ୍ର ରଖିବାକୁ ହେବ । ସ୍ନାନ ବ୍ୟତୀତ କିମ୍ବା ଶରୀରମନ ଶୁଦ୍ଧ ନ କରି ଏ ଘରେ ପ୍ରବେଶ କରିବ ନାହିଁ । ଏ ଘରେ ପୁଷ୍ପ ରଖିବ; ଯୋଗୀଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଏପରି ପରିବେଶ ଅତି ଉତ୍ତମ । ସୁନ୍ଦର ସୁନ୍ଦର ଚିତ୍ର ମଧ୍ୟ ରଖିପାର । ପ୍ରାତଃ ଓ ସାୟାହ୍ନରେ ସେଠାରେ ଧୂପ-ଝୁଣା ପ୍ରଜ୍ୱଳିତ କରିବ । ସେଠାରେ କୌଣସି ପ୍ରକାର କଳହ, କ୍ରୋଧ ବା ଅପବିତ୍ର ଚିନ୍ତା କରିବ ନାହିଁ । ତୁମ ସହିତ ଯେଉଁମାନେ ସମାନ ଭାବାପନ୍ନ କେବଳ ସେହିମାନଙ୍କୁ ଏ ଘରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ଦେବ । ଏହିପରି କଲେ କ୍ରମେ ଘରଟି ପବିତ୍ର ଭାବରେ ଭରି ଉଠିବ । ଏହା ଫଳରେ ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଦୁଃଖ ବା ସଂଶୟ ଆସିବ ଅଥବା ମନ ଚଞ୍ଚଳ ହେବ, ସେତେବେଳେ କେବଳ ଏହି ଘରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାମାତ୍ରେ ତୁମ ମନ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯିବ । ମନ୍ଦିର, ଗୀର୍ଜା ଆଦି ନିର୍ମାଣର ଏହା ହିଁ ପ୍ରକୃତ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ବର୍ତ୍ତମାନ ସୁଦ୍ଧା ଅନେକ ମନ୍ଦିର, ଗୀର୍ଜାରେ ଏହି ଭାବ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ସତ, କିନ୍ତୁ ଅଧିକାଂଶ ସ୍ଥଳରେ ପ୍ରକୃତ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଲୋକେ ଭୁଲି ଯାଇଛନ୍ତି । ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ପବିତ୍ର ଚିନ୍ତା ସ୍ପନ୍ଦିତ ହେଉଥିଲେ ସେହି ସ୍ଥାନଟି ପବିତ୍ର ଜ୍ୟୋତିରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ ।

ଯେଉଁମାନେ ଏହିପରି ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଗୃହର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିପାରିବେ ନାହିଁ, ସେମାନେ ଯେଉଁଠାରେ ଇଚ୍ଛା ସେଠାରେ ବସି ସାଧନା କରିପାରନ୍ତି । ଶରୀରକୁ ସଳଖ ରଖି ଉପବେଶନ

କର । ପ୍ରଥମେ ପବିତ୍ର ଚିନ୍ତାର ଗୋଟିଏ ସ୍ରୋତ ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ପ୍ରବାହିତ କର । ସ୍ମରଣ କର, 'ଜଗତରେ ସମସ୍ତେ ସୁଖୀ ହୁଅନ୍ତୁ, ସମସ୍ତେ ଶାନ୍ତିଲାଭ କରନ୍ତୁ, ସମସ୍ତେ ଆନନ୍ଦ ଲାଭ କରନ୍ତୁ !'* ଯେତେ ଏହିପରି କରିପାରିବ, ସେତେ ଆନନ୍ଦ ଲାଭ କରିବ । ପରିଶେଷରେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବ ଯେ, ଅନ୍ୟମାନେ ସୁସ୍ଥ ରହନ୍ତୁ—ଏହି ଭାବନା ହିଁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟଲାଭର ସହଜ ଉପାୟ । ଯେଉଁମାନେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି, ସେମାନେ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବେ ଅର୍ଥ, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅଥବା ସ୍ୱର୍ଗ ପାଇଁ ନୁହେଁ, ଜ୍ଞାନାଲୋକ ପାଇଁ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟସବୁ ପ୍ରାର୍ଥନା ସ୍ୱାର୍ଥମିଶ୍ରିତ । ତାପରେ ଭାବିବାକୁ ହେବ—ମୋର ଦେହ ଦୃଢ଼, ସବଳ ଓ ସୁସ୍ଥ । ଏହି ଦେହ ମୋର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଯନ୍ତ୍ର, ଶ୍ରେଷ୍ଠ ସହାୟ । ଚିନ୍ତା କରିବ –'ଏହା ବଜ୍ରପରି ଦୃଢ଼ । ଏହି ଶରୀର ସାହାଯ୍ୟରେ ମୁଁ ଏହି ଜୀବନ-ସମୁଦ୍ର ଉତ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ହେବି ।' ଦୁର୍ବଳ ବ୍ୟକ୍ତି କେବେ ହେଲେ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ସର୍ବପ୍ରକାର ଦୁର୍ବଳତା ପରିତ୍ୟାଗ କର । ଶରୀରକୁ କହ–ତୁମେ ବଳିଷ୍ଠ, ମନକୁ ମଧ୍ୟ କହ—ତୁମେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ । ନିଜ ଉପରେ ଅସୀମ ବିଶ୍ୱାସ ଓ ଭରସା ରଖ ।

---

* ତୁଳନୀୟ : 'ସର୍ବେ ଭବନ୍ତୁ ସୁଖୀନଃ...ସର୍ବଃ ସର୍ବତ୍ର ନନ୍ଦତୁ ॥'

ତୃତୀୟ ଅଧ୍ୟାୟ

ପ୍ରାଣ

କେହି କେହି ମନେ କରନ୍ତି, ପ୍ରାଣାୟାମ ହେଉଛି ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସର କୌଣସି ଏକ କ୍ରିୟା, କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବିକ ତାହା ନୁହେଁ । ପ୍ରକୃତ ପକ୍ଷେ ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ସହିତ ଏହାର ସମ୍ବନ୍ଧ ଅତି ସାମାନ୍ୟ । ପ୍ରକୃତରେ ପ୍ରାଣାୟାମ ସାଧନ କରିବାକୁ ହେଲେ ଅନେକଗୁଡ଼ିଏ କ୍ରିୟା କରିବାକୁ ହୁଏ । ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସର କ୍ରିୟା ସେଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ । ପ୍ରାଣାୟାମର ଅର୍ଥ ପ୍ରାଣର ସଂଯମ । ଭାରତୀୟ ଦାର୍ଶନିକଗଣଙ୍କ ମତରେ ସମଗ୍ର ଜଗତ ଦୁଇଟି ଉପାଦାନରେ ନିର୍ମିତ । ତା' ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିକର ନାମ 'ଆକାଶ' । ଏହି ଆକାଶ ଗୋଟିଏ ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ସତ୍ତା । ଯାହାର ଆକାର ଅଛି, ଯାହା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବସ୍ତୁର ମିଶ୍ରଣରେ ଉତ୍ପନ୍ନ, ତାହା ହିଁ ଏହି ଆକାଶରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଅଛି । ଏହି ଆକାଶ ହିଁ ବାୟୁରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ଆକାଶ ହିଁ ତରଳ ପଦାର୍ଥର ରୂପ ଧାରଣ କରେ, ଏହା ହିଁ ପୁଣି କଠିନାକାର ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ; ଏହି ଆକାଶ ସୂର୍ଯ୍ୟ, ପୃଥିବୀ, ନକ୍ଷତ୍ର, ଧୂମକେତୁ ପ୍ରଭୃତି ରୂପେ ପରିଣତ ହୁଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶରୀର—ପଶୁ ଶରୀର, ଉଦ୍ଭିଦ, ପ୍ରଭୃତି ଯେଉଁ ସକଳ ରୂପ ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ, ଯେଉଁ ସବୁ ବସ୍ତୁ ଆମେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଦ୍ୱାରା ଅନୁଭବ କରୁ, ତାହା ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ଆକାଶରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ । ଏହି ଆକାଶକୁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କଦ୍ୱାରା ଉପଲବ୍ଧି କରିହେବ ନାହିଁ; ଏହା ଏତେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଯେ, ସାଧାରଣ ଅନୁଭୂତିର ଅତୀତ । ଯେତେବେଳେ ଏହା ସ୍ଥୂଳ ହୋଇ କୌଣସି ଆକାର ଧାରଣ କରେ, ଆମେ ସେତେବେଳେ ତାହା ଅନୁଭବ କରିଥାଉ । ସୃଷ୍ଟିର ଆରମ୍ଭରେ କେବଳ ଏହି ଆକାଶ ଥାଏ । ପୁନଶ୍ଚ କଳ୍ପାନ୍ତେ ସମୁଦାୟ କଠିନ, ତରଳ ଓ ବାୟବୀୟ ପଦାର୍ଥ—ସବୁ କିଛି ଆକାଶରେ ଲୟ ହୁଏ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସୃଷ୍ଟି ଏହି ରୂପେ ଆକାଶରୁ ହିଁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ।

କେଉଁ ଶକ୍ତିର ପ୍ରଭାବରେ ଆକାଶ ଜଗତରୂପେ ପରିଣତ ହୁଏ ?—ପ୍ରାଣର ଶକ୍ତିରେ । ଯେପରି ଆକାଶ ଏହି ଜଗତର ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ଉପାଦାନ, ପ୍ରାଣ ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ଏହି ଜଗତର ଅନନ୍ତ ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ପ୍ରକାଶିକା ଶକ୍ତି । କଳ୍ପର ଆଦିରେ ଓ ଅନ୍ତରେ ସବୁକିଛି ଆକାଶରେ ପରିଣତ ହୁଏ, ଜଗତରେ ସକଳ ଶକ୍ତି ପୁଣି ପ୍ରାଣରେ ଲୟ ହୁଏ; ପର କଳ୍ପରେ ପୁନଶ୍ଚ ଏହି ପ୍ରାଣରୁ ବିଭିନ୍ନ ଶକ୍ତିର ବିକାଶ ହୁଏ । ଏହି ପ୍ରାଣ ହିଁ ଗତିରୂପେ ପ୍ରକାଶ ପାଉଅଛି, ଏହି ପ୍ରାଣ ହିଁ ମାଧ୍ୟାକର୍ଷଣ ଅଥବା ଚୁମ୍ବକ ଶକ୍ତିରୂପେ ପ୍ରକାଶ ପାଉଅଛି । ଏହି ପ୍ରାଣ ହିଁ ସ୍ନାୟୁ-ଶକ୍ତି-ପ୍ରବାହ ରୂପେ (nerve current), ଚିନ୍ତାଶକ୍ତି ରୂପେ ଓ ଦୈହିକ ସମୁଦାୟ କ୍ରିୟାରୂପେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଅଛି । ଚିନ୍ତାଶକ୍ତିରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ସ୍ଥୂଳତମ ଶକ୍ତି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସବୁ କିଛି ପ୍ରାଣର ବିକାଶ । ବାହ୍ୟ ଓ ଅନ୍ତର୍ଜଗତର ସକଳ ଶକ୍ତି ଯେତେବେଳେ ସେମାନଙ୍କର ମୂଳାବସ୍ଥାକୁ

ଗମନ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେହି ସମଷ୍ଟିକୁ ହିଁ ପ୍ରାଣ କୁହାଯାଏ । ଯେତେବେଳେ ଅସ୍ତି ବା ନାସ୍ତି କିଛି ହେଲେ ନ ଥିଲା, ଯେତେବେଳେ ତମୋଦ୍ୱାରା ତମଃ ଆବୃତ, ସେତେବେଳେ କଣ ଥିଲା ?* —ଏହି ଆକାଶ ସେତେବେଳେ ଗତିଶୂନ୍ୟ ହୋଇ ଅବସ୍ଥିତ ଥିଲା; ପ୍ରାଣର ଗତି ମଧ୍ୟ ରୁଦ୍ଧ ଥିଲା; କିନ୍ତୁ ତାହାର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ଥିଲା । ଆମେ ଆଧୁନିକ ବିଜ୍ଞାନ ସାହାଯ୍ୟରେ ମଧ୍ୟ ଜାଣିଥାଉ ଯେ, ଜଗତରେ ଯେତେ ଶକ୍ତିର ବିକାଶ ହୋଇଅଛି, ସେଗୁଡ଼ିକର ସମଷ୍ଟି ଚିରକାଳ ସମାନ ଥାଏ । ଏହି ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ କଳ୍ପାନ୍ତେ ଶାନ୍ତ ଭାବ ଧାରଣ କରେ—ଅବ୍ୟକ୍ତ ଅବସ୍ଥାକୁ ଗମନ କରେ, ପରକଳ୍ପର ଆଦିରେ ସେଗୁଡ଼ିକ ପୁଣି ବ୍ୟକ୍ତ ହୋଇ ଆକାଶ ଉପରେ ଆଘାତ କରନ୍ତି । ଏହି ଆକାଶରୁ ବିବିଧ ରୂପ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ; ଆଉ ଆକାଶ ପରିଣାମପ୍ରାପ୍ତ ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ ଏବଂ ଏହି ପ୍ରାଣ ମଧ୍ୟ ନାନା ପ୍ରକାର ଶକ୍ତିରେ ପରିଣତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ପ୍ରାଣର ପ୍ରକୃତ ତତ୍ତ୍ୱ ଜାଣିବା ଏବଂ ତାହାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବାର ଚେଷ୍ଟା ହିଁ ପ୍ରକୃତ ପ୍ରାଣାୟାମ ।

ଏହି ପ୍ରାଣାୟାମରେ ସିଦ୍ଧ ହେଲେ ଆମମାନଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ଅନନ୍ତ ଶକ୍ତିର ଦ୍ୱାର ଖୋଲିଯାଏ । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ, କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ପ୍ରାଣର ବିଷୟ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ବୁଝିପାରିଲେ ଏବଂ ତାହାକୁ ଜୟ କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହେଲେ; ତାହାହେଲେ ଜଗତରେ ଏପରି କି ଶକ୍ତି ଅଛି, ଯାହା ତାଙ୍କର ଆୟତ୍ତ ନ ହେବ ? ତାଙ୍କ ଆଜ୍ଞାରେ ଚନ୍ଦ୍ର-ସୂର୍ଯ୍ୟ-ନକ୍ଷତ୍ର ସ୍ଥାନଚ୍ୟୁତ ହୁଅନ୍ତି, କ୍ଷୁଦ୍ରତମ ପରମାଣୁଠାରୁ ବୃହତ୍ତମ ସୂର୍ଯ୍ୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାଙ୍କର ବଶୀଭୂତ ହୁଅନ୍ତି; କାରଣ ସେ ପ୍ରାଣକୁ ଜୟ କରିଛନ୍ତି । ଏହିପରି ଶକ୍ତିଲାଭ କରିବା ହିଁ ପ୍ରାଣାୟାମ ସାଧନର ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଯେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ସିଦ୍ଧ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ପ୍ରକୃତିରେ ଏପରି କୌଣସି ବସ୍ତୁ ନାହିଁ, ଯାହାକି ତାଙ୍କର ବଶକୁ ନ ଆସେ । ଯଦି ସେ ଦେବଗଣଙ୍କୁ ଆସିବାକୁ ଆହ୍ୱାନ କରନ୍ତି, ସେମାନେ ତାଙ୍କ ଆଜ୍ଞାମାତ୍ରେ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ଆଗମନ କରନ୍ତି । ମୃତ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣଙ୍କୁ ଆସିବାକୁ ଆଦେଶ କଲେ ସେମାନେ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ଉପସ୍ଥିତ ହୁଅନ୍ତି । ପ୍ରକୃତିର ସକଳ ଶକ୍ତି ହିଁ କ୍ରୀତଦାସ ପରି ତାଙ୍କର ଆଦେଶ ପାଳନ କରନ୍ତି । ଅଜ୍ଞ ଲୋକମାନେ ଯୋଗୀଙ୍କର ଏହି ସକଳ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଦେଖି କହନ୍ତି, ଏଗୁଡ଼ିକ ଅଲୌକିକ । ହିନ୍ଦୁର ଗୋଟିଏ ବିଶେଷ ଭାବ ଏହି ଯେ, ସେ କୌଣସି ତତ୍ତ୍ୱ ସେ ଆଲୋଚନା କରନ୍ତୁ ନା କାହିଁକି, ଆଗେ ଏହା ଭିତରୁ ଯେତେଦୂର ସମ୍ଭବ ଗୋଟିଏ ସାଧାରଣ ଭାବର ଅନୁସନ୍ଧାନ କରନ୍ତି; ତାହା ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ବିସ୍ତାରିତ ବର୍ଣ୍ଣନା ଅଛି, ସେଗୁଡ଼ିକର ମୀମାଂସା ପଛକୁ ରଖିଦିଅନ୍ତି । ବେଦରେ ପୁନଃ ପୁନଃ ଏହି ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରାଯାଇଛି ଯେ, ଏପରି କି ବସ୍ତୁ ଅଛି, ଯାହା ଜାଣିଲେ ସବୁ କିଛି ଜଣାଯାଏ ?** ଅତଏବ ଆମର ସବୁ ଶାସ୍ତ୍ର, ସବୁ ଦର୍ଶନ ଯେଉଁ ବସ୍ତୁକୁ ଜାଣିଲେ ସବୁ କିଛି ଜଣାଯାଏ, ସେହି ବସ୍ତୁକୁ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିବାରେ ବ୍ୟସ୍ତ । ଯଦି କେହି ଜଗତର ତତ୍ତ୍ୱ ଟିକିନିଖି କରି ଜାଣିବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି, ତା' ହେଲେ ତାଙ୍କୁ ଅନନ୍ତ ସମୟ ଲାଗିବ; କାରଣ ତାଙ୍କୁ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ

---

* ନାସଦାସୀନ୍ନୋ ସଦାସୀତ୍ତଦାନୀମ୍—ଇତ୍ୟାଦି ।
ତମ ଆସୀଦ୍ ତମସା ଗୂଢ଼ମଗ୍ରେ ପ୍ରକେତ—ଇତ୍ୟାଦି ।

—ଋଗ୍‌ବେଦ ସଂହିତା, ୧୦ମ ମଣ୍ଡଳ

** 'କସ୍ମିନ୍ନୁ ଭଗବୋ ବିଜ୍ଞାତେ ସର୍ବମିଦଂ ବିଜ୍ଞାତଂ ଭବତି'—ମୁଣ୍ଡକ ଉପ, ୧/୩

ବାଲୁକାକଣା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପୃଥକ୍ ଭାବରେ ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ତଥାପି ସେ ସବୁକିଛି ଜାଣିପାରିବେ ନାହିଁ ! ତେବେ କିପରି ଜ୍ଞାନଲାଭ ସମ୍ଭବ ? ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ବିଷୟ ପୃଥକ୍ ଭାବରେ ଜାଣି ସର୍ବଜ୍ଞ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା କେଉଁଠି ? ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ଏହି ସମସ୍ତ ବିଶେଷ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିର ଅନ୍ତରାଳରେ ଗୋଟିଏ ସାଧାରଣ ଭାବ ରହିଅଛି । ତାହାକୁ ଧରିପାରିଲେ ହିଁ ସବୁକିଛି ଆୟତ୍ତ କରାଯାଏ । ଏହି ଭାବରେ ହିଁ ବେଦରେ ସମଗ୍ର ଜଗତକୁ ଏକ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ତାରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ କରାହୋଇଅଛି । ଯିଏ ସେହି ସତ୍‌ସ୍ୱରୂପକୁ ବୁଝିଛନ୍ତି ସେ ସମଗ୍ର ଜଗତକୁ ବୁଝିପାରିଛନ୍ତି । ଏହି ଭାବରେ ସମୁଦାୟ ଶକ୍ତିକୁ ଏକ ପ୍ରାଣରୂପ ସାଧାରଣ ଶକ୍ତିରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ କରାହୋଇଅଛି । ସୁତରାଂ ଯିଏ 'ପ୍ରାଣ'କୁ ବୁଝିଛନ୍ତି, ସେ ଜଗତରେ ଯେତେ ମାନସିକ ବା ଦୈହିକ ଶକ୍ତି ଅଛି ସବୁ କିଛି ବୁଝିଛନ୍ତି । ଯିଏ ପ୍ରାଣକୁ ଜୟ କରିଛନ୍ତି, ସେ କେବଳ ନିଜର ମନ ନୁହେଁ, ସମସ୍ତଙ୍କ ମନକୁ ଜୟ କରିଛନ୍ତି । ସେ ନିଜ ଦେହ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଯେତେ ଦେହ ଅଛି, ସମସ୍ତ ହିଁ ଜୟ କରିଛନ୍ତି; କାରଣ ପ୍ରାଣ ହିଁ ସମୁଦାୟ ଶକ୍ତିର ମୂଳ ।

କିପରି ଭାବରେ ଏହି ପ୍ରାଣ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହେବ, ଏହା ହିଁ ପ୍ରାଣାୟାମର ଏକମାତ୍ର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ଏହି ପ୍ରାଣାୟାମ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଯେତେ ସାଧନ ଓ ଉପଦେଶ ଅଛି, ସବୁଗୁଡ଼ିକରେ ସେହି ଏକ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ସ୍ତରର ସାଧକ ତାଙ୍କ ନିଜ ନିଜ ସ୍ତରରୁ ସାଧନ ଆରମ୍ଭ କରିବେ । ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ଯାହା ଅଛି, ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଜୟ କରିବା ପାଇଁ ସେ ଯତ୍ନବାନ୍ ହେବେ । ଜଗତର ଅନ୍ୟ ସକଳ ବସ୍ତୁ ଅପେକ୍ଷା ଦେହ ଆମର ସର୍ବାପେକ୍ଷା ନିକଟରେ ଅଛି, ପୁଣି ମନ ତାହା ଅପେକ୍ଷା ଆହୁରି ନିକଟତର । ଯେଉଁ ପ୍ରାଣ ଜଗତରେ ସର୍ବତ୍ର କ୍ରିୟା କରୁଅଛି, ତାହାର ଯେଉଁ ଅଂଶଟିକୁ ଏହି ଶରୀର ଓ ମନକୁ ଚଳାଉଅଛି, ସେହି ପ୍ରାଣ ଆମର ସର୍ବାଧିକ ନିକଟତର । ଯେଉଁ କ୍ଷୁଦ୍ର ପ୍ରାଣତରଙ୍ଗଟି ଆମମାନଙ୍କର ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ଶକ୍ତି ରୂପେ ପରିଚିତ, ତାହା ଆମମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଅନନ୍ତ ପ୍ରାଣସମୁଦ୍ରର ସର୍ବାପେକ୍ଷା ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ତରଙ୍ଗ । ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ତରଙ୍ଗକୁ ଜୟ କରିପାରିଲେ ଆମେ ସମଗ୍ର ପ୍ରାଣ-ସମୁଦ୍ରକୁ ଜୟ କରିପାରିବା । ଯେଉଁ ଯୋଗୀ ଏଥିରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି, ସେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ କରନ୍ତି, କୌଣସି ଶକ୍ତି ତାଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରଭୁତ୍ୱ କରିପାରେ ନାହିଁ । ସେ ପ୍ରାୟ ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍ ଓ ସର୍ବଜ୍ଞ ହୁଅନ୍ତି । ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦେଶରେ ଏଭଳି ସବୁ ସଂପ୍ରଦାୟ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ, ଯେଉଁମାନେ କୌଣସି ନା କୌଣସି ଉପାୟରେ ଏହି ପ୍ରାଣକୁ ଜୟ କରିବାର ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ଏହି ଦେଶରେ ମଧ୍ୟ (ଆମେରିକାରେ) ଆମେ ମନଃ-ଶକ୍ତିଦ୍ୱାରା ଆରୋଗ୍ୟକାରୀ (mind-healers), ବିଶ୍ୱାସଦ୍ୱାରା ଆରୋଗ୍ୟକାରୀ (faith-healers), ପ୍ରେତ-ତତ୍ତ୍ୱବିତ୍ (spiritualists), ଖ୍ରୀଷ୍ଟିୟାନ୍ ସାଇଣ୍ଟିଷ୍ଟ୍ (Christian Scientists), ସମ୍ମୋହନ-ବିଦ୍ୟାବିତ୍ (hypnotists) ପ୍ରଭୃତି ସଂପ୍ରଦାୟ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ । ଏହି ମତଗୁଡ଼ିକ ବିଶ୍ଲେଷଣ କଲେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବା ଯେ, ଏଗୁଡ଼ିକର ମୂଳରେ ରହିଛି ପ୍ରାଣଶକ୍ତିର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ—ସେମାନେ ଏ କଥା ଜାଣନ୍ତୁ ବା ନ ଜାଣନ୍ତୁ । ସେମାନଙ୍କର ସକଳ ମତର ମୂଳରେ ସେହି ଏକ ସତ୍ୟ ରହିଅଛି । ସେମାନେ ସମସ୍ତେ ଏହି ଶକ୍ତିର ବ୍ୟବହାର କରୁଛନ୍ତି, ତେବେ ସେମାନେ ଏହାର ମୂଳ ଓ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନ ନୁହନ୍ତି । ସେମାନେ ହଠାତ୍ ଯେପରି ଗୋଟିଏ ଶକ୍ତି ଆବିଷ୍କାର କରି ପକାଇଛନ୍ତି ଏବଂ ସେହି ଶକ୍ତିର ସ୍ୱରୂପ ନ ଜାଣି ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ତାହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରୁଛନ୍ତି । ଯୋଗୀ ଏହି ଶକ୍ତିକୁ ଜ୍ଞାତସାରରେ ପରିଚାଳନା କରନ୍ତି । ଏହି ଶକ୍ତି ପ୍ରାଣର ବିକାଶମାତ୍ର ।

ଏହି ପ୍ରାଣ ହିଁ ସକଳ ପ୍ରାଣୀଙ୍କର ଜୀବନୀଶକ୍ତିରୂପେ ରହିଅଛି । ଚିନ୍ତାଶକ୍ତି ହେଉଛି ପ୍ରାଣର ସୂକ୍ଷ୍ମତମ ଓ ଉଚ୍ଚତମ କ୍ରିୟା; ଚିନ୍ତାର ଯେଉଁ କ୍ଷୁଦ୍ର ଅଂଶକୁ ଆମେ ଦେଖିଥାଉ, ତାହା କିନ୍ତୁ ସମଗ୍ର ଚିନ୍ତା ନୁହେଁ । ଚିନ୍ତାର ପ୍ରକାରଭେଦ ରହିଛି । ସହଜାତ-ଜ୍ଞାନ (instinct) ଅଥବା ଜ୍ଞାନ-ଶୂନ୍ୟ ଚିନ୍ତା ଆମମାନଙ୍କର ନିମ୍ନତମ ଚିନ୍ତା । ଗୋଟିଏ ମଶା ଦଂଶନ କଲେ ଆମର ହାତ ସ୍ୱତଃପ୍ରବୃତ୍ତ ହୋଇ ତାହାକୁ ଆଘାତ କରିବ । ତାହାକୁ ମାରିବା ପାଇଁ ଆମର କୌଣସି ବିଶେଷ ଚିନ୍ତାର ପ୍ରୟୋଜନ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏହା ଚିନ୍ତାର ଏକପ୍ରକାର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି । ଆମ ଶରୀରର ଜ୍ଞାନ-ବିରହିତ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକ (reflex action)* ଚିନ୍ତାର ଏହି ସ୍ତରର ଅନ୍ତର୍ଗତ । ଚିନ୍ତାର ଆଉ ଗୋଟିଏ ସ୍ତର ଅଛି, ତାହାକୁ ସଜ୍ଞାନ (conscious) କୁହାଯାଇପାରେ । ମୁଁ ଯୁକ୍ତି-ତର୍କ କରେ, ବିଚାର କରେ, ଚିନ୍ତା କରେ, କେତେଗୁଡ଼ିଏ ବିଷୟର ସପକ୍ଷରେ ଓ ବିପକ୍ଷରେ ଆଲୋଚନା କରେ; କିନ୍ତୁ ଏହା ହିଁ ଶେଷ ନୁହେଁ; ଆମେ ଜାଣୁ ଯୁକ୍ତି-ବିଚାରର ପରିଧି ସୀମିତ । ଯୁକ୍ତି ଆମମାନଙ୍କୁ କେବଳ କିଛି ଦୂର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନେଇ ଯାଇପାରେ । ଯେଉଁ ସୀମା ଭିତରେ ଏହା କାର୍ଯ୍ୟ କରେ ତାହା ଅତି ସଂକୀର୍ଣ୍ଣ । କିନ୍ତୁ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ଯେ ନାନାବିଧ ବିଷୟ ବାହାରୁ ଆସି ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରୁଛି; ବେଳେବେଳେ ଧୂମକେତୁ ସଦୃଶ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ବିଷୟ ବାହାରୁ ଆସି ଭିତରେ ପଶୁଅଛି । ଏହା ମଧ୍ୟ ନିଶ୍ଚିତ ଯେ, ଅନେକ ତତ୍ତ୍ୱ ଏହି ସୀମାର ବହିର୍ଦେଶରୁ ଆସୁଅଛି; ବିଚାର-ଶକ୍ତି କିନ୍ତୁ ଏ ସୀମା ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଯାଇପାରେ ନାହିଁ । ଯେଉଁ ବିଷୟଗୁଡ଼ିକ ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ଗଣ୍ଡି ମଧ୍ୟରେ ଆସି ଅନଧିକାର ପ୍ରବେଶ କରୁଛି, ସେଗୁଡ଼ିକର କାରଣ ଅବଶ୍ୟ ଏ ସୀମାର ବାହାରେ ଅବସ୍ଥିତ, ଯେଉଁଠାରେ ଆମମାନଙ୍କର ବିଚାରଯୁକ୍ତି ପହଞ୍ଚିପାରେ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଯୋଗୀଗଣ କହନ୍ତି, ଏହା ହିଁ ଯେ ଆମ ଜ୍ଞାନର ଚରମ ସୀମା, ତାହା ନୁହେଁ । ମନ ଆହୁରି ଉଚ୍ଚତର ଭୂମିରେ— ଜ୍ଞାନାତୀତ ଭୂମିରେ ବିଚରଣ କରି ପାରେ । ଯେତେବେଳେ ମନ ସମାଧି-ନାମକ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଏକାଗ୍ର ଓ ଜ୍ଞାନାତୀତ ଅବସ୍ଥାରେ ଆରୂଢ଼ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଏହା ଯୁକ୍ତିର ରାଜ୍ୟ ବାହାରକୁ ଚାଲିଯାଏ ଏବଂ ସହଜାତ ଜ୍ଞାନ ଓ ଯୁକ୍ତିର ଅତୀତ ବିଷୟସକଳ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରେ । ଶରୀରର ସୂକ୍ଷ୍ମ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରାଣର ହିଁ ବିଭିନ୍ନ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି; ଠିକ୍ ପଥରେ ପରିଚାଳିତ ହେଲେ ଏଗୁଡ଼ିକ ମନକୁ ପ୍ରେରଣା ଦିଅନ୍ତି ଏବଂ ଉଚ୍ଚତର ଅବସ୍ଥା ଅର୍ଥାତ୍ ଜ୍ଞାନାତୀତ ଭୂମିକୁ ନେଇଯାଆନ୍ତି । ମନ ସେହି ସ୍ଥାନରେ ଥାଇ ମଧ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

ବିଶ୍ୱରେ ଅସ୍ତିତ୍ୱର ପ୍ରତ୍ୟେକ ସ୍ତରରେ ହିଁ ଏକ ଅଖଣ୍ଡ ବସ୍ତୁ ରହିଅଛି । ପ୍ରକୃତି ଦିଗରୁ ଦେଖିବାକୁ ଗଲେ ଏହି ବିଶ୍ୱଜଗତ ଏକ ଓ ଅଖଣ୍ଡ । ତୁମ ସହିତ ସୂର୍ଯ୍ୟର କୌଣସି ପ୍ରଭେଦ ନାହିଁ । ବୈଜ୍ଞାନିକ ତୁମକୁ ତାହା ବୁଝାଇଦେବେ । ଏହି ଟେବୁଲ୍ ଓ ମୋ ଭିତରେ କୌଣସି ଭେଦ ନାହିଁ । ଟେବୁଲଟି ଅନନ୍ତ ଜଡ଼ରାଶିର ଏକ ବିନ୍ଦୁ ଏବଂ ମୁଁ ଅନ୍ୟ ଏକ ବିନ୍ଦୁ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ସାକାର ବସ୍ତୁ ଏହି ଅନନ୍ତ ଜଡ଼-ସାଗରର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ଆବର୍ତ୍ତ ପରି । ଆବର୍ତ୍ତଗୁଡ଼ିକ ସର୍ବଦା ସ୍ଥିର ରହେ ନାହିଁ । କୌଣସି ସ୍ରୋତସ୍ୱିନୀରେ ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ଆବର୍ତ୍ତ ରହିଅଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଆବର୍ତ୍ତକୁ ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ନୂତନ ଜଳରାଶି ଆସୁଅଛି, କିଛିକ୍ଷଣ ରହି ଅନ୍ୟ ଦିଗକୁ ଚାଲିଯାଉଅଛି

---

* ବାହାରର କୌଣସି ଉତ୍ତେଜନା ହେତୁ ଶରୀରର କୌଣସି ଯନ୍ତ୍ର ସମୟ ସମୟରେ ଜ୍ଞାନର ସାହାଯ୍ୟ ବ୍ୟତୀତ ନିଜେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏପରି କାର୍ଯ୍ୟକୁ reflex action କୁହାଯାଏ ।

ଏବଂ ନୂତନ ଜଳରାଶି ତାହାର ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରୁଅଛି । ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱଜଗତ ମଧ୍ୟ ଏକ ନିୟତ ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ ଜଡ଼ରାଶି ମାତ୍ର, ଯାବତୀୟ ବସ୍ତୁ ସେଥିରେ କ୍ଷୁଦ୍ର କ୍ଷୁଦ୍ର ଆବର୍ତ୍ତ ପରି । କିଛି ଜଳରାଶି ଗୋଟିଏ ଆବର୍ତ୍ତ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କଲା—ଧର, ମାନବ ଦେହରେ; କିଛିଦିନ ଏହି ଆବର୍ତ୍ତରେ ଘୂରି ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇ, ଆଉ ଗୋଟିଏ ଆବର୍ତ୍ତରେ ପ୍ରବେଶ କଲା—ଏଥର ହୁଏତ କୌଣସି ଜନ୍ତୁର ଦେହରେ, କେତେ ବର୍ଷ ପରେ ପୁଣି ଖଣିଜ-ପଦାର୍ଥ ନାମକ ଅନ୍ୟ ଏକ ଆବର୍ତ୍ତରେ ପ୍ରବେଶ କଲା । କ୍ରମାଗତ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଚାଲିଛି । କିଛି ହେଲେ ସ୍ଥିର ନୁହେଁ । ମୋର ଶରୀର, ତୁମ ଶରୀର ବୋଲି ବାସ୍ତବିକ କୌଣସି ବସ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏକ ବିରାଟ ଜଡ଼ରାଶିର ଗୋଟିଏ ବିନ୍ଦୁର ନାମ ଚନ୍ଦ୍ର, ଆଉ ଗୋଟିଏ ବିନ୍ଦୁ ସୂର୍ଯ୍ୟ, କୌଣସି ବିନ୍ଦୁ ମନୁଷ୍ୟ, କୌଣସି ବିନ୍ଦୁ ପୃଥିବୀ, କୌଣସି ବିନ୍ଦୁ ଅବା ଉଦ୍ଭିଦ, କୌଣସି ବିନ୍ଦୁ ପୁଣି ହୁଏତ ଗୋଟିଏ ଖଣିଜ ପଦାର୍ଥ । ଏଥିରୁ ଗୋଟିଏ ହେଲେ ଏକ ଭାବରେ ରହେ ନାହିଁ, ସକଳ ବସ୍ତୁ ହିଁ ସର୍ବଦା ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହେଉଅଛି; ଜଡ଼ର ସଂଶ୍ଳେଷଣ ଓ ବିଶ୍ଳେଷଣ କ୍ରମାଗତ ଚାଲିଅଛି । ମନ ବା ଅନ୍ତର୍ଜଗତ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମଧ୍ୟ ତାହା । ଜଗତର ସମୁଦାୟ ବସ୍ତୁ ହିଁ 'ଇଥର୍' ରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ; ସୁତରାଂ ଏହାକୁ ସମୁଦାୟ ଜଡ଼ବସ୍ତୁର ପ୍ରତିନିଧିରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇପାରେ । ପ୍ରାଣର ସୂକ୍ଷ୍ମତର ସ୍ପନ୍ଦନଶୀଳ ଅବସ୍ଥାରେ ଏହି ଇଥର୍ ମନର ମଧ୍ୟ ପ୍ରତିନିଧି । ଏହା ସତ୍ତ୍ୱେ 'ଇଥର୍' ଏକ ଅଖଣ୍ଡ ଜଡ଼ବସ୍ତୁ ହୋଇ ରହିବ । ଯଦି ସେହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ସ୍ପନ୍ଦନର ସ୍ତରରେ ଉପନୀତ ହୋଇପାର, ତେବେ ଅନୁଭବ କରିବ- ସମଗ୍ର ଜଗତ ସୂକ୍ଷ୍ମ ସୂକ୍ଷ୍ମ ସ୍ପନ୍ଦନରେ ସଂଗଠିତ । କୌଣସି କୌଣସି ଔଷଧର ପ୍ରଭାବରେ ଆମେ ଏହିପରି ଅନୁଭବ କରିଥାଉ । ତୁମମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେହି କେହି ସାର୍ ହାଂଫ୍ରି ଡେଭିଙ୍କ (Sir Humphrey Davy) ବିଖ୍ୟାତ ପରୀକ୍ଷା କଥା ଜାଣିଥିବ । ହାସ୍ୟଜନକ ବାଷ୍ପଦ୍ୱାରା (laughing Gas)—ଅଭିଭୂତି ହୋଇ ସେ ସ୍ତବ୍ଧ ଓ ନିସ୍ପନ୍ଦ ହୋଇ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ରହିଲେ । ପରେ, ସେ ସମଗ୍ର ଜଗତକୁ ଭାବରାଶିର ସମଷ୍ଟି ମାତ୍ର ବୋଲି କହିଥିଲେ । କିଛିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ସ୍ଥୂଳ କମ୍ପନଗୁଡ଼ିକ (gross vibrations) ଯେପରି ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଇଥିଲା, କେବଳ ସୂକ୍ଷ୍ମ କମ୍ପନଗୁଡ଼ିକ—ଯେଉଁଗୁଡ଼ିକୁ ସେ ଭାବରାଶି ବୋଲି ଅଭିହିତ କରିଛନ୍ତି, କେବଳ ସେଗୁଡ଼ିକ ତାଙ୍କର ଅନୁଭୁତିରେ ବିଦ୍ୟମାନ ଥିଲା । ସେ ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ କେବଳ ସୂକ୍ଷ୍ମ କମ୍ପନଗୁଡ଼ିକ ଦେଖିଥିଲେ । ସବୁ କିଛି ଚିନ୍ତାରେ ପରିଣତ ହୋଇଥିଲା । ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ସମୁଦାୟ ଯେପରି ଏକ ମହାସମୁଦ୍ରରେ ପରିଣତ ହୋଇଥିଲା । ସେହି ମହାସମୁଦ୍ରରେ ସେ ଓ ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତେ ଯେପରି ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ କ୍ଷୁଦ୍ର ଭାବାବର୍ତ୍ତ ପରି ।

ଏହି ରୂପେ ଆମେ ଚିନ୍ତାଜଗତରେ ମଧ୍ୟ ଏକ ଅଖଣ୍ଡଭାବ ଦେଖିଲୁ । ଅବଶେଷରେ ଯେତେବେଳ ଆମେ ଆତ୍ମାକୁ ଲାଭ କରୁ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ଅନୁଭବ କରୁ—ଆତ୍ମା ଅଖଣ୍ଡ ଏବଂ 'ଏକ' । ସର୍ବପ୍ରକାର ସ୍ଥୂଳ ଓ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଜଡ଼ ସ୍ପନ୍ଦନର ଅତୀତରେ ଏକ ଅଖଣ୍ଡ ସତ୍ତା ବିରାଜ କରୁଛନ୍ତି । ଏପରିକି, ଏହି ପରିଦୃଶ୍ୟମାନ ଗତିସମୂହ ମଧ୍ୟରେ-ଶକ୍ତିର ବିକାଶସମୂହ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ଅଖଣ୍ଡଭାବ ବିଦ୍ୟମାନ । ଏ ସକଳ ତଥ୍ୟ ବର୍ତ୍ତମାନ ଆଉ ଅସ୍ୱୀକାର କରାଯାଇ ନ ପାରେ । ଆଧୁନିକ ପଦାର୍ଥବିଜ୍ଞାନ ମଧ୍ୟ ପ୍ରମାଣ କରିଅଛି ଯେ, ଏହି ବିଶ୍ୱରେ ଶକ୍ତିସମଷ୍ଟି ସର୍ବତ୍ର ସମାନ । ପୁଣି ଏକଥା ମଧ୍ୟ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଅଛି ଯେ ଶକ୍ତିସମଷ୍ଟି ଦୁଇ ଭାବରେ ଅବସ୍ଥାନ କରେ—କେତେବେଳେ ସୀମିତ ବା ଅବ୍ୟକ୍ତ କିମ୍ବା ବ୍ୟକ୍ତ । ବ୍ୟକ୍ତ

ଅବସ୍ଥାରେ ତାହା ଏହିସବୁ ନାନବିଧ ଶକ୍ତିର ଆକାର ଧାରଣ କରେ, ପରେ ଶାନ୍ତ ଅବ୍ୟକ୍ତ ରୂପ ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ, ପୁନଶ୍ଚ ବ୍ୟକ୍ତ ହୁଏ । ଏହିରୂପେ ତାହା ଅନନ୍ତ କାଳ ଧରି ଥରେ ବିକଶିତ, ପୁଣି ସଙ୍କୁଚିତ ଭାବ ଧାରଣ କରୁଅଛି । ପୂର୍ବେ କୁହାହୋଇଅଛି—ଏହି ଶକ୍ତିରୂପକ ପ୍ରାଣର ନିୟନ୍ତଣ ହିଁ ପ୍ରାଣାୟାମ ।

ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର ଗତିରେ ହିଁ ପ୍ରାଣର ପ୍ରକାଶ ସ୍ପଷ୍ଟ ରୂପେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ସେଥିରେ ପ୍ରାଣର କ୍ରିୟା ସହଜରେ ବୁଝାଯାଏ । ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର ଗତି ବନ୍ଦ ହେଲେ ଦେହର ସକଳ କ୍ରିୟା ମଧ୍ୟ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ । କିନ୍ତୁ ଅନେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ଏପରି ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତି ଯେ, ସେମାନଙ୍କ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର ଗତି ରୁଦ୍ଧ ହେଲେ ସୁଦ୍ଧା ଶରୀର ଜୀବିତ ଥାଏ । ଏପରି ଅନେକ ଲୋକ ଅଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନ ନେଇ କେତେ ମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମାଟି ତଳେ ନିଜକୁ ପୋତି ରଖିପାରନ୍ତି । ସୂକ୍ଷ୍ମତର ଶକ୍ତି ନିକଟକୁ ଯିବାକୁ ହେଲେ ସ୍ଥୂଳତର ଶକ୍ତିର ସାହାଯ୍ୟ ନେବାକୁ ପଡ଼େ । ଏହିରୂପେ କ୍ରମଶଃ ସୂକ୍ଷ୍ମତର ଶକ୍ତିଲାଭ କରୁ କରୁ ଶେଷରେ ଆମେ ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଉପନୀତ ହେଉ । ଶରୀରରେ ଯେତେ ପ୍ରକାର କ୍ରିୟା ଅଛି, ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର କ୍ରିୟା ହିଁ ଅତି ସହଜରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ହୁଏ । ତାହା ଯେପରି ଯନ୍ତ୍ରମଧ୍ୟସ୍ଥ ଗତିନିୟାମକ ଚକ୍ରରୂପେ ଅନ୍ୟ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକୁ ଚଳାଉଅଛି । ପ୍ରାଣାୟାମର ପ୍ରକୃତ ଅର୍ଥ—ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର ଏହି ଗତିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବା । ଏହି ଗତି ସହିତ ଶ୍ୱାସଯନ୍ତ୍ର ମଧ୍ୟ ଜଡ଼ିତ । ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ ଯେ ଏହି ଗତି ଉତ୍ପନ୍ନ କରୁଅଛି, ତାହା ନୁହେଁ; ବରଂ ଏହି ଗତି ହିଁ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ ଉତ୍ପନ୍ନ କରୁଅଛି । ଏହି ବେଗ ହିଁ ବାୟୁକୁ ଭିତର ଦିଗକୁ ଆକର୍ଷଣ କରୁଅଛି । ପ୍ରାଣ ଏହି ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌କୁ ଚାଳିତ କରୁଛି । ଏହି ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର ଗତି ବାୟୁକୁ ଆକର୍ଷଣ କରୁଛି । ତାହାହେଲେ ବୁଝାଗଲା, ପ୍ରାଣାୟାମ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସର କ୍ରିୟା ନୁହେଁ । ଯେଉଁ ପେଶୀଶକ୍ତି ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌କୁ ସଞ୍ଚାଳନ କରୁଛି, ତାହାକୁ ଆୟତ୍ତ କରିବା ହିଁ ପ୍ରାଣାୟାମ । ଯେଉଁ ଶକ୍ତି ସ୍ନାୟୁମଣ୍ଡଳୀ ଭିତର ଦେଇ ମାଂସପେଶୀକୁ ଯାଉଛି ଏବଂ ପେଶୀ ମାଧ୍ୟମରେ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌କୁ ସଞ୍ଚାଳନ କରୁଛି, ତାହା ହିଁ ପ୍ରାଣ; ପ୍ରାଣାୟାମ ସାଧନଦ୍ୱାରା ଏହି ପ୍ରାଣକୁ ହିଁ ବଶ କରିବାକୁ ହେବ । ଯେତେବେଳେ ପ୍ରାଣ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହେବ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବା ଯେ ଶରୀର ଭିତରେ ପ୍ରାଣର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସମୁଦାୟ କ୍ରିୟା ଆମର ଆୟତ୍ତକୁ ଆସିଛି । ମୁଁ ନିଜେ ଏପରି ସବୁ ଲୋକଙ୍କୁ ଦେଖିଛି, ଯେଉଁମାନେ ସେମାନଙ୍କ ଦେହର ପେଶୀଗୁଡ଼ିକୁ ନିଜ ଆୟତ୍ତକୁ ଆଣିଛନ୍ତି; ଅର୍ଥାତ୍ ଇଚ୍ଛାମତେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଚାଳନା କରିପାରନ୍ତି । କାହିଁକି ବା ନ ପାରିବେ ? ଯଦି କେତେଗୁଡ଼ିଏ ପେଶୀ ମୋ ଇଚ୍ଛା ଅନୁସାରେ ସଞ୍ଚାଳିତ ହୁଏ, ତେବେ ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ପେଶୀ ଓ ସ୍ନାୟୁ ମୁଁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିପାରିବି ନାହିଁ କାହିଁକି ? ଏଥିରେ ଅସମ୍ଭବ କଣ ଅଛି ? ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମର ଏହି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ-ଶକ୍ତି ଲୋପ ପାଇଅଛି ; ତେଣୁ ଏହି ପେଶୀଗୁଡ଼ିକ ସ୍ୱୟଂକ୍ରିୟ ହୋଇଯାଇଛନ୍ତି । ଆମେ ଇଚ୍ଛା ଅନୁସାରେ କର୍ଣ୍ଣ ସଞ୍ଚାଳନ କରିପାରୁ ନାହିଁ; କିନ୍ତୁ ଆମେ ଜାଣୁ ଯେ ପଶୁମାନେ ଏହା କରିପାରନ୍ତି । ଏହି ଶକ୍ତିକୁ ପରିଚାଳିତ ନ କରିବାରୁ ଆମର ଏ ଶକ୍ତି ନାହିଁ । ଏହାକୁ ହିଁ ପୂର୍ବପୁରୁଷଗଣଙ୍କ ଗୁଣଦୋଷର ପୁନରାବିର୍ଭାବ (atavism) କୁହାଯାଏ ।

ପୁନଶ୍ଚ ଏକଥା ମଧ୍ୟ ଆମେ ଜାଣୁ—ଯେଉଁ ଶକ୍ତି ବର୍ତ୍ତମାନ ଅବ୍ୟକ୍ତ ଭାବ ଧାରଣ କରିଅଛି, ତାହାକୁ ପୁଣି ବ୍ୟକ୍ତ ଅବସ୍ଥାକୁ ଅଣାଯାଇପାରେ । ଖୁବ୍ ଦୃଢ଼ ପରିଶ୍ରମ ଓ ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରର ଅନେକ ସୁପ୍ତ ଶକ୍ତିକୁ ପୁନରାୟ ଆମ ଇଚ୍ଛାର ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ବଶବର୍ତ୍ତୀ

କରାଯାଇପାରେ । ଏହିଭାବେ ବିଚାର କଲେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ, ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶକୁ ହିଁ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଇଚ୍ଛାଧୀନ କରିବା ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଯୋଗୀ ପ୍ରାଣାୟାମଦ୍ୱାରା ଏହା କରିଥାଆନ୍ତି । ତୁମେମାନେ ହୁଏତ ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ରର ଅନେକ ଗ୍ରନ୍ଥରେ ପଢ଼ିଥିବ ଯେ, ଶ୍ୱାସଗ୍ରହଣ ସମୟରେ ସମଗ୍ର ଶରୀର 'ପ୍ରାଣ' ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ଣ୍ଣ କରି ହୁଏ । ଇଂରାଜୀ ଅନୁବାଦରେ ପ୍ରାଣ ଶବ୍ଦ ଅର୍ଥ କରାହୋଇଛି 'ଶ୍ୱାସ' । ଅତଏବ ତୁମେ ସହଜରେ ପଚାରିପାର, 'ଶ୍ୱାସଦ୍ୱାରା ସମଗ୍ର ଶରୀରକୁ ଆମେ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବା କିପରି ?' ଏହା ଅନୁବାଦକଙ୍କର ଦୋଷ । ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶ ପ୍ରାଣ ଅର୍ଥାତ୍ ଏହି ଜୀବନୀଶକ୍ତିଦ୍ୱାରା ପୂର୍ଣ୍ଣ କରାଯାଇପାରେ; ଆଉ ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଏପରି କରିପାରିବ, ସେତେବେଳେ ସମଗ୍ର ଶରୀର ତୁମ ବଶକୁ ଆସିବ । ଦେହର ସବୁପ୍ରକାର ବ୍ୟାଧି, ସକଳ ଦୁଃଖ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଆୟତ୍ତକୁ ଆସିବ । କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ତୁମେ ଅନ୍ୟର ଶରୀରକୁ ମଧ୍ୟ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିପାରିବ । ପୃଥିବୀରେ ଭଲ ମନ୍ଦ ଉଭୟ ସଂକ୍ରାମକ । ତୁମ ଦେହରେ ଯଦି କୌଣସି ଏକ ଭାବର ଉତ୍ତେଜନା ଥାଏ, ଅନ୍ୟ ଭିତରେ ମଧ୍ୟ ସେହି ଭାବର ପ୍ରବଣତା ଦେଖାଯିବ । ତୁମେ ସବଳ ଓ ସୁସ୍ଥ ହେଲେ ତୁମ ନିକଟସ୍ଥ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ଭିତରେ ମଧ୍ୟ ସୁସ୍ଥ ଓ ସବଳ ଭାବ ଆସିବ । ତୁମେ ଯଦି ରୁଗ୍ଣ ବା ଦୁର୍ବଳ ହୁଅ, ତେବେ ଦେଖିବ ତୁମର ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣ ମଧ୍ୟ ଯେପରି ଟିକିଏ ଦୁର୍ବଳ ଅନୁଭବ କରୁଛନ୍ତି । ତୁମର ସୁସ୍ଥ ଶରୀରର ସ୍ପନ୍ଦନ ଅନ୍ୟ ଭିତରେ ସଞ୍ଚାରିତ ହେବ । ଯେତେବେଳେ ଜଣେ ଅନ୍ୟକୁ ରୋଗମୁକ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରେ, ସେତେବେଳେ ସେ ଭାବେ ଯେ, ମୋର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅପରଠାରେ ସଞ୍ଚାରିତ କରିବି । ଏହା ଏକ ପ୍ରାଚୀନ ଚିକିତ୍ସାପ୍ରଣାଳୀ । ଜ୍ଞାତସାରରେ ବା ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ଜଣେ ଅନ୍ୟ ଜଣକ ଦେହରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଞ୍ଚାରିତ କରିପାରନ୍ତି । ଖୁବ୍ ବଳବାନ୍ ବ୍ୟକ୍ତି ଯଦି କୌଣସି ଦୁର୍ବଳ ଲୋକ ସହିତ ବାସ କରେ, ତା'ହେଲେ ଦୁର୍ବଳ ବ୍ୟକ୍ତି ଜାଣୁ ବା ନ ଜାଣୁ ସେ କିଞ୍ଚିତ୍ ପରିମାଣରେ ଶକ୍ତି ଲାଭ କରିବ । ଯେତେବେଳେ ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ଜ୍ଞାତସାରରେ କରାହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଏହାର ଫଳ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଉତ୍ତମ ହୋଇଥାଏ । ଆଉ ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ଆରୋଗ୍ୟର ପ୍ରଣାଳୀ ଅଛି । ଜଣେ ସ୍ୱୟଂ ଖୁବ୍ ସୁସ୍ଥକାୟ ନ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଜଣେ ଅନ୍ୟ ଜଣଙ୍କ ଶରୀରରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଞ୍ଚାରିତ କରିପାରନ୍ତି । ଏପରି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ଆରୋଗ୍ୟକାରୀମାନଙ୍କ ପ୍ରାଣ ଉପରେ ପ୍ରଭୁତ୍ୱ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ । ସେ କିଛିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ନିଜ ପ୍ରାଣକୁ ଉଚ୍ଚତର ସ୍ପନ୍ଦନବିଶିଷ୍ଟ ଅବସ୍ଥାକୁ ଉନ୍ନୀତ କରି ଅନ୍ୟ ଶରୀରକୁ ସଞ୍ଚାରିତ କରିପାରନ୍ତି ।

ଅନେକ ସ୍ଥଳରେ ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ଏକ ଦୂରବର୍ତ୍ତୀ ସ୍ଥାନରୁ ସାଧିତ ହୋଇଅଛି । ବାସ୍ତବିକ ଦୂରତ୍ୱର ଅର୍ଥ ଯଦି ବିଚ୍ଛେଦ (break) ହୁଏ, ତେବେ ଦୂରତ୍ୱ ବୋଲି କିଛି ନାହିଁ । ଏପରି ଦୂରତ୍ୱ କେଉଁଠି ଅଛି, ଯେଉଁଠି ପରସ୍ପରର କିଛିମାତ୍ର ସମ୍ବନ୍ଧ—କିଛିମାତ୍ର ଯୋଗ ନାହିଁ? ସୂର୍ଯ୍ୟ ଓ ତୁମ ମଧ୍ୟରେ ବାସ୍ତବିକ କ'ଣ କୌଣସି କ୍ରମବିଚ୍ଛେଦ ଅଛି? ଏକ ଅବିଚ୍ଛିନ୍ନ ଅଖଣ୍ଡ ବସ୍ତୁ ରହିଅଛି—ତୁମେ ତାହାର ଏକ ଅଂଶ, ସୂର୍ଯ୍ୟ ତାହାର ଅନ୍ୟ ଏକ ଅଂଶ । ନଦୀର ଏକ ଅଂଶ ଓ ଅପର ଅଂଶ ମଧ୍ୟରେ କ'ଣ କ୍ରମବିଚ୍ଛେଦ ଅଛି? ତାହାହେଲେ ଶକ୍ତି ଏକ ସ୍ଥାନରୁ ଅନ୍ୟ ସ୍ଥାନକୁ ଯାଇପାରିବ ନାହିଁ କାହିଁକି? ଏହା ବିରୋଧରେ କୌଣସି ଯୁକ୍ତି ନାହିଁ । ଦୂରରେ ଥାଇ ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ କରିବା ଘଟଣାଗୁଡ଼ିକ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟ । ଏହି ପ୍ରାଣକୁ ଅନେକ ଦୂର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସଞ୍ଚାରିତ କରାଯାଇପାରେ । ତେବେ ଏହା ସତ୍ୟ ହୋଇପାରେ ଯେ,

ଏ ବିଷୟରେ ଗୋଟିଏ ଘଟଣା ସତ୍ୟ ହେଲେ ଶତ ଶତ ଘଟଣା ମିଥ୍ୟା ଛଡ଼ା ଆଉ କିଛି ନୁହେଁ । ଲୋକେ ଏହି ଆରୋଗ୍ୟପ୍ରଣାଳୀକୁ ଯେତେ ସହଜ ମନେକରନ୍ତି ତାହା ସେତେ ସହଜ ନୁହେଁ । ଅଧିକାଂଶ ସ୍ଥଳରେ ଦେଖାଯିବ ଯେ, ଆରୋଗ୍ୟକାରୀମାନେ ମାନବ ଦେହର ସ୍ୱାଭାବିକ ସୁସ୍ଥତାର ସୁଯୋଗ ନେଉଛନ୍ତି । ଜଗତରେ ଏପରି କୌଣସି ରୋଗ ନାହିଁ, ଯେଉଁଥିରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ ସମସ୍ତେ ମୃତ୍ୟୁମୁଖରେ ପତିତ ହୁଅନ୍ତି । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ, ବିସୂଚିକା ମହାମାରୀରେ ଯଦି କିଛିଦିନ ଶତକଡ଼ା ୬୦ ଜଣ ମରନ୍ତି, ତେବେ ଦେଖାଯିବ କ୍ରମଶଃ ଏହି ମୃତ୍ୟୁର ହାର କମି ଶତକଡ଼ା ୩୦ ହୁଏ, ପରେ ୨୦ରେ ପହଞ୍ଚେ; ଅବଶିଷ୍ଟ ସମସ୍ତେ ରୋଗମୁକ୍ତ ହୁଅନ୍ତି । ଏଲୋପ୍ୟାଥିକ୍ ଚିକିତ୍ସକ ଆସିଲେ, ବିସୂଚିକା ରୋଗଗ୍ରସ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣଙ୍କୁ ଚିକିତ୍ସା କଲେ, ଔଷଧ ଦେଲେ । ହୋମିଓପ୍ୟାଥିକ୍ ଚିକିତ୍ସକ ମଧ୍ୟ ଆସି ତାଙ୍କର ଔଷଧ ଦେଲେ ଓ ହୁଏତ ଏଲୋପ୍ୟାଥିକ୍‌ଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ରୋଗୀଙ୍କୁ ଆରୋଗ୍ୟ କଲେ; କାରଣ ହୋମିଓପ୍ୟାଥିକ୍ ଚିକିତ୍ସକମାନେ ରୋଗୀର ଶରୀରରେ କୌଣସି ଗଣ୍ଡଗୋଳ ନ କରି ପ୍ରକୃତିକୁ ନିଜ ଭାବରେ କାମ କରିବାକୁ ଦିଅନ୍ତି । ଆଉ ହୁଏତ ବିଶ୍ୱାସବଳରେ ଆରୋଗ୍ୟକାରୀମାନେ ଆହୁରି ଅଧିକ ରୋଗୀଙ୍କୁ ଆରୋଗ୍ୟ କଲେ; କାରଣ ସେ ନିଜର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ପ୍ରୟୋଗ କରି ବିଶ୍ୱାସବଳରେ ରୋଗୀର ସୁପ୍ତ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ଜାଗ୍ରତ କରିଦିଅନ୍ତି ।

କିନ୍ତୁ ବିଶ୍ୱାସବଳରେ ରୋଗ-ଆରୋଗ୍ୟକାରୀମାନଙ୍କର ସର୍ବଦା ଗୋଟିଏ ଭୁଲ ହୋଇଥାଏ । ସେମାନେ ମନେ କରନ୍ତି, କେବଳ ବିଶ୍ୱାସ ହିଁ ମନୁଷ୍ୟକୁ ରୋଗମୁକ୍ତ କରିଥାଏ । ବାସ୍ତବ ପକ୍ଷେ କେବଳ ବିଶ୍ୱାସ ଯେ ଏକମାତ୍ର କାରଣ, ତାହା ନୁହେଁ । ଏପରି କେତେକ ରୋଗ ଅଛି, ଯେଉଁଗୁଡ଼ିକର ସର୍ବାପେକ୍ଷା ଖରାପ ଲକ୍ଷଣ ହେଲା, ରୋଗୀ ଆଦୌ ମନେକରେ ନାହିଁ ଯେ, ତାହାର କୌଣସି ରୋଗ ହୋଇଅଛି । ନିଜର ରୋଗହୀନତା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଦୃଢ଼ବିଶ୍ୱାସ ହିଁ ତାର ରୋଗର ଗୋଟିଏ ପ୍ରଧାନ ଲକ୍ଷଣ । ସାଧାରଣତଃ ଏହା ଆଶୁ ମୃତ୍ୟୁର ଏକ ଲକ୍ଷଣ । ଏ ସକଳ ସ୍ଥଳରେ କେବଳ ବିଶ୍ୱାସଦ୍ୱାରା ହିଁ ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ ହୁଏ, ଏ କଥା ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ ନୁହେଁ । ଯଦି ବିଶ୍ୱାସରେ ହିଁ ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ ହୁଅନ୍ତା, ତାହାହେଲେ ଉକ୍ତ ରୋଗୀମାନେ ମଧ୍ୟ ଆରୋଗ୍ୟ ଲାଭ କରନ୍ତେ । ପ୍ରାଣର ଶକ୍ତିରେ ରୋଗ ନିରାମୟ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁ ପବିତ୍ର ପୁରୁଷ ନିଜ ପ୍ରାଣକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଛନ୍ତି, ସେ ଏହାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କମ୍ପନଯୁକ୍ତ ଅବସ୍ଥାକୁ ନେଇ ଅନ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ସେହି କମ୍ପନ ସଞ୍ଚାରିତ କରିପାରନ୍ତି । ଦୈନନ୍ଦିନ ଘଟଣାରୁ ଏହାର ପ୍ରମାଣ ମିଳିବ । ମୁଁ ଭାଷଣ ଦେଉଛି, ଭାଷଣ ଦେବା ସମୟରେ ମୁଁ କଣ କରୁଛି ? ମୁଁ ମୋର ମନକୁ ଏକପ୍ରକାର କମ୍ପନ ଅବସ୍ଥାକୁ ଆଣୁଛି ଏବଂ ଏଥିରେ ମୁଁ ଯେତେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେବି, ତୁମେ ମଧ୍ୟ ମୋ ବାକ୍ୟଦ୍ୱାରା ସେତିକି ପ୍ରଭାବିତ ହେବ । ତୁମେ ସମସ୍ତେ ଜାଣ, ଭାଷଣ ଦେଉ ଦେଉ ଯେଉଁଦିନ ମୁଁ ଖୁବ୍ ମାତି ଉଠେ, ସେଦିନ ମୋ ଭାଷଣ ତୁମକୁ ଖୁବ୍ ଭଲ ଲାଗେ; କିନ୍ତୁ ମୋର ଉତ୍ସାହ ଯଦି ଅଳ୍ପ ହୁଏ, ତେବେ ମୋ ବକ୍ତୃତା ଶୁଣିବାକୁ ସେତେ ଭଲ ଲାଗେ ନାହିଁ ।

ଜଗତ-ଆଲୋଡ଼ନକାରୀ ତୀବ୍ର-ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିସମ୍ପନ୍ନ ମହାପୁରୁଷଗଣ ନିଜ ନିଜର ପ୍ରାଣକୁ ଏକ ଅତି ଉଚ୍ଚ କମ୍ପନ ଅବସ୍ଥାକୁ ଉନ୍ନୀତ କରିପାରନ୍ତି; ପ୍ରାଣ ଏତେ ଅଧିକ ଶକ୍ତିସମ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ଯେ, ଏହା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ମୁହୂର୍ତ୍ତକ ମଧ୍ୟରେ ସ୍ପର୍ଶ କରେ, ସହସ୍ର ସହସ୍ର ଲୋକ ତାଙ୍କ ନିକଟକୁ

ଆକୃଷ୍ଟ ହୁଅନ୍ତି, ହୁଏତ ଜଗତର ଅର୍ଦ୍ଧେକ ଲୋକ ସେମାନଙ୍କ ଭାବକୁ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି । ଜଗତର ମହାପୁରୁଷ ସକଳ ପ୍ରାଣକୁ ଜୟ କରିଥିଲେ । ଏହି ପ୍ରାଣ-ସଂଯମ ବଳରେ ସେମାନେ ପ୍ରବଳ-ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥିଲେ । ପ୍ରାଣକୁ ଉଚ୍ଚତମ କମ୍ପନ ଅବସ୍ଥାକୁ ଉନ୍ନୀତ କରି ସେମାନେ ଜଗତ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିବାର ଶକ୍ତି ଲାଭ କରନ୍ତି । ଜଗତର ଯେତେ ପ୍ରକାର ଶକ୍ତିର ବିକାଶ ଦେଖାଯାଏ, ସମସ୍ତ ହିଁ ପ୍ରାଣର ସଂଯମରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ । ମନୁଷ୍ୟ ଏହାର ଗୋପନ ତଥ୍ୟ ଜାଣି ନ ପାରେ; କିନ୍ତୁ ଏହା ହିଁ ଏକମାତ୍ର ବ୍ୟାଖ୍ୟା । ତୁମ ଶରୀରରେ ଏହି ପ୍ରାଣଶକ୍ତିର ସରବରାହ କେତେବେଳେ ଏକ ଦିଗରେ ଅଧିକ, ଅନ୍ୟ ଦିଗରେ କମ୍ ହୁଏ ଏବଂ ଏହି ସାମ୍ୟର ଅଭାବ ହେତୁ ରୋଗର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଅତିରିକ୍ତ ପ୍ରାଣକୁ ଆଣି ଯେଉଁଠି ପ୍ରାଣର ଅଭାବ ହୋଇଅଛି, ସେଠାର ଅଭାବ ପୂରଣ କରିପାରିଲେ ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ ହୁଏ । କେଉଁଠି ଅଧିକ, କେଉଁଠି ପୁଣି ଅଳ୍ପ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ଅଛି, ଏହା ଜାଣିବା ମଧ୍ୟ ପ୍ରାଣାୟାମର ଅଙ୍ଗ । ଆମର ଅନୁଭବ ଶକ୍ତି ଏତେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ହେବ ଯେ, ଆମେ ବୁଝିପାରିବୁ—ପାଦ ବା ହସ୍ତରେ ଯେଉଁ ପରିମାଣ ପ୍ରାଣ ଆବଶ୍ୟକ ତାହା ସେଠାରେ ନାହିଁ ଏବଂ ଏହି ପ୍ରାଣର ଅଭାବକୁ ଆମେ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ପୂରଣ କରିପାରିବା । ପ୍ରାଣାୟାମର ଏହିପରି ନାନା ଅଙ୍ଗ ରହିଛି । ଏଗୁଡ଼ିକୁ କ୍ରମଶଃ ଶିକ୍ଷା କରିବାକୁ ହେବ । ତେବେ ଯାଇ କ୍ରମେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିବ ଯେ ବିଭିନ୍ନ ରୂପରେ ପ୍ରକାଶିତ ପ୍ରାଣକୁ ସଂଯତ କରିବା ଏବଂ ଚାଳନା କରିବା ହିଁ ରାଜଯୋଗର ଏକମାତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଯେତେବେଳେ କେହି ନିଜର ସବୁ ଶକ୍ତିକୁ ସଂଯତ କରିଅଛି, ସେତେବେଳେ ସେ ନିଜ ଦେହସ୍ଥ ପ୍ରାଣକୁ ହିଁ ଆୟତ୍ତ କରିଅଛି ବୋଲି ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ଯେତେବେଳେ କେହି ଧ୍ୟାନ କରେ, ସେ ପ୍ରାଣକୁ ହିଁ ସଂଯତ କରୁଅଛି ବୋଲି ବୁଝିବାକୁ ହେବ ।

ମହାସମୁଦ୍ରରେ ପର୍ବତତୁଲ୍ୟ ବୃହତ୍ ତରଙ୍ଗସମୂହ, କ୍ଷୁଦ୍ର କ୍ଷୁଦ୍ର ତରଙ୍ଗ, ଆହୁରି କ୍ଷୁଦ୍ରତର ତରଙ୍ଗସମୂହ, ପୁନଶ୍ଚ କ୍ଷୁଦ୍ର କ୍ଷୁଦ୍ର ବୁଦ୍‌ବୁଦ ମଧ୍ୟ ରହିଅଛି । କିନ୍ତୁ ଏ ସକଳର ପଶ୍ଚାତ୍‌ରେ ଏକ ଅନନ୍ତ ମହାସମୁଦ୍ର ରହିଛି; ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ବୁଦ୍‌ବୁଦଟି ଯେପରି ଅନନ୍ତ ମହାସମୁଦ୍ର ସହିତ ଯୁକ୍ତ, ବୃହତ୍ ତରଙ୍ଗଟି ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ସେହିପରି ସେହି ମହାସମୁଦ୍ର ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ । ଏହିରୂପେ ସଂସାରରେ କେହି ବା ମହାପୁରୁଷ, କେହି ବା କ୍ଷୁଦ୍ର ଜଳ-ବୁଦ୍‌ବୁଦ ତୁଲ୍ୟ ସାମାନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି; କିନ୍ତୁ ସକଳ ହିଁ ସେହି ଅନନ୍ତ ମହାଶକ୍ତି ସମୁଦ୍ର ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ । ଜୀବମାତ୍ରେ ଏହି ମହାଶକ୍ତିର ଜନ୍ମଗତ ଅଧିକାରୀ । ଯେଉଁଠାରେ ଜୀବନୀଶକ୍ତିର ପ୍ରକାଶ, ସେହିଠାରେ ପଶ୍ଚାତରେ ଅନନ୍ତ ଶକ୍ତିର ଭଣ୍ଡାର ରହିଅଛି । ଗୋଟିଏ କ୍ଷୁଦ୍ର ଛତୁ (fungus)—ହୁଏତ ଏତେ କ୍ଷୁଦ୍ର ଓ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଯେ, ଅଣୁବୀକ୍ଷଣଯନ୍ତ୍ରଦ୍ୱାରା ତାହାକୁ ଦେଖିବାକୁ ହୁଏ—ସେଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କର, ଦେଖିବ, ଅନନ୍ତ ଶକ୍ତିର ଭଣ୍ଡାରରୁ ଶକ୍ତି ସଂଗ୍ରହ କରି ସେଇଟି କ୍ରମଶଃ ଅନ୍ୟ ଏକ ଆକାର ଧାରଣ କରୁଅଛି । ଏହା ଉଦ୍ଭିଦରେ ପରିଣତ ହେଲା, ତାହା ପୁଣି ଗୋଟିଏ ପଶୁର ଆକାର ଧାରଣ କଲା, ପରେ ମନୁଷ୍ୟ ରୂପ ଧାରଣ କରି ଅବଶେଷରେ ଈଶ୍ୱରରେ ପରିଣତ ହେବ । ଅବଶ୍ୟ ପ୍ରାକୃତିକ ନିୟମରେ ଏହି ପରିଣତି ପାଇଁ ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ବର୍ଷ ଅତୀତ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଏହି ସମୟର ଅର୍ଥ କଣ ? ସାଧନାର ବେଗ ଓ ଗତି ବୃଦ୍ଧି କରିଦେଲେ ସମୟ ମଧ୍ୟ ସଂକ୍ଷେପ ହୋଇପାରେ । ଯୋଗୀଗଣ କହନ୍ତି, ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ସାଧାରଣ ଭାବରେ ଅଧିକ ସମୟ ଲାଗେ, କାର୍ଯ୍ୟର ବେଗ ବୃଦ୍ଧି କରିଦେଲେ ତାହା ହିଁ ଅତି ଅଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇପାରେ । ମନୁଷ୍ୟ ଏହି ବିଶ୍ୱର ଅନନ୍ତ ଶକ୍ତିରାଶିରୁ ଧୀରେ ଧୀରେ ଶକ୍ତି ସଂଗ୍ରହ କରି ଅଗ୍ରସର

ହେଉଥାଏ । ଏହି ଭାବରେ ଚାଲିଲେ ଜଣକୁ ଦେବତ୍ୱ ଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ହୁଏତ ଲକ୍ଷେ ବର୍ଷ ଲାଗିବ । ଆହୁରି ଉଚ୍ଚାବସ୍ଥା ଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ହୁଏତ ପାଞ୍ଚ ଲକ୍ଷ ବର୍ଷ ଲାଗିବ । ପୁନଶ୍ଚ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବା ସିଦ୍ଧ ହେବା ପାଇଁ ହୁଏତ ଆହୁରି ପାଞ୍ଚ ଲକ୍ଷ ବର୍ଷ ଲାଗିବ । କିନ୍ତୁ ଉନ୍ନତିର ବେଗ ବୃଦ୍ଧି କଲେ ଏହି ସମୟ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ହୋଇ ଆସିବ । ଯଥେଷ୍ଟ ଚେଷ୍ଟା କଲେ ଛଅ ମାସ ବା ଛଅ ବର୍ଷରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ ହେବ ନାହିଁ କାହିଁକି? ଏହା ଯୁକ୍ତିସଙ୍ଗତ । ଯଦି କୌଣସି ବାଷ୍ପୀୟ ଯନ୍ତ୍ରରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପରିମାଣ କୋଇଲା ଦେଲେ ପ୍ରତି ଘଣ୍ଟାରେ ଏହା ଦୁଇ ମାଇଲ ହିସାବରେ ଯାଏ, ତେବେ ଅଧିକ କୋଇଲା ଦେଲେ ଆହୁରି ଅଧିକ ବେଗରେ ଯିବ । ଅତଏବ ତୀବ୍ର ସଂବେଗସମ୍ପନ୍ନ* ହେଲେ ଜୀବାତ୍ମା ଏହି ଜନ୍ମରେ ହିଁ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିପାରିବ ନାହିଁ କାହିଁକି ? ସମସ୍ତେ ଶେଷରେ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିବେ; କିନ୍ତୁ ଏତେ ଦିନ ଅପେକ୍ଷା କରିବା କାହିଁକି ? ଏହି ଶରୀରରେ ଏହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଆମେ ମୁକ୍ତିଲାଭ ପାଇଁ କାହିଁକି ସମର୍ଥ ନ ହେବୁ ? ଅନନ୍ତ ଜ୍ଞାନ ଓ ଅନନ୍ତ ଶକ୍ତି ମୁଁ ଏହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଲାଭ କରିବି ନାହିଁ କାହିଁକି ?

ଆତ୍ମାର ଉନ୍ନତିର ବେଗ ବୃଦ୍ଧିକରି କିଭଳି ଅଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରାଯାଇପାରେ, ଏହା ହିଁ ଯୋଗବିଜ୍ଞାନର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଓ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ମନୁଷ୍ୟ ମୁକ୍ତି ପାଇଁ ଟିକିଏ ଟିକିଏ ଅଗ୍ରସର ହେବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ପ୍ରକୃତିର ଅନନ୍ତ ଶକ୍ତି ଭଣ୍ଡାରରୁ ଶକ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରି କିପରି ଶୀଘ୍ର ସିଦ୍ଧି ଲାଭ କରିପାରେ, ଯୋଗୀମାନେ ସେହି ଉପାୟ ଉଦ୍ଭାବନ କରିଛନ୍ତି । ଜଗତର ମହାପୁରୁଷଗଣ ସାଧୁ ଓ ସିଦ୍ଧ ପୁରୁଷଗଣ କଣ କରିଯାଇଛନ୍ତି ? ଏକ ଜୀବନରେ ହିଁ ସେମାନେ ମାନବଜାତିର ସମଗ୍ର ଜୀବନ ଯାପନ କରନ୍ତି, ସାଧାରଣ ମନୁଷ୍ୟର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଲାଭକରିବା ପାଇଁ ଯେଉଁ ଦୀର୍ଘ କାଳ ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ, ତାହା ସେମାନେ ଏହି ଜୀବନରେ ହିଁ ଅତିକ୍ରମ କରନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ଜନ୍ମରେ ସେମାନେ ସିଦ୍ଧ ହୁଅନ୍ତି । ସେମାନେ ଆଉ କିଛି ଚିନ୍ତା କରନ୍ତି ନାହିଁ, ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଲାଭ ପାଇଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତେ ମଧ୍ୟ ସମୟ ଅତିବାହିତ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏହି ଭାବରେ ତାହାଙ୍କର ସମୟ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏକାଗ୍ରତାର ଅର୍ଥ—ଶକ୍ତିସଞ୍ଚୟର କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି; ଏହି ଭାବରେ ସମୟ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ କରାଯାଏ । ରାଜଯୋଗ-ବିଜ୍ଞାନ ଆମମାନଙ୍କୁ ଶିକ୍ଷା ଦିଏ—କିପରି ଭାବରେ ଏହି ଏକାଗ୍ରତା-ଶକ୍ତି ଲାଭ କରାଯାଏ ।

ପ୍ରାଣାୟାମ ସହିତ ପ୍ରେତତତ୍ତ୍ୱର ସମ୍ବନ୍ଧ କଣ ? ପ୍ରେତତତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରାଣାୟାମର ହିଁ ଏକପ୍ରକାର ଶକ୍ତିବିକାଶ । ଯଦି ଏହା ସତ୍ୟ ହୁଏ ଯେ, ପରଲୋକଗତ ଆତ୍ମାର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ଅଛି, ଆମେ କେବଳ ସେମାନଙ୍କୁ ଦେଖିବାକୁ ପାଉନାହିଁ, ତା' ହେଲେ ଏହା ମଧ୍ୟ ସମ୍ଭବ ଯେ, ଏହିଠାରେ ହୁଏତ ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ଆତ୍ମା ରହିଛନ୍ତି—ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ଆମେ ଦେଖିପାରୁ ନାହିଁ, ଅନୁଭବ ବା ସ୍ପର୍ଶ କରିପାରୁ ନାହିଁ । ଆମେ ହୁଏତ ସର୍ବଦା ହିଁ ସେମାନଙ୍କ ଶରୀର ଭିତର ଦେଇ ଯାତାୟାତ କରୁଅଛୁ । ଆଉ ଏହା ମଧ୍ୟ ଖୁବ୍ ସମ୍ଭବ ଯେ, ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ଆମମାନଙ୍କୁ ଦେଖିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ବା ଅନୁଭବ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏହା ଯେପରି ଗୋଟିଏ ବୃତ୍ତ ମଧ୍ୟରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ବୃତ୍ତ, ଗୋଟିଏ ଜଗତ ଭିତରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ଜଗତ । ଯେଉଁମାନେ ଏକ ସମତଳରେ (plane) ଥାଆନ୍ତି, କେବଳ ସେହିମାନେ ହିଁ ପରସ୍ପରକୁ ଦେଖିପାରନ୍ତି । ଆମେମାନେ ପଞ୍ଚେନ୍ଦ୍ରିୟବିଶିଷ୍ଟ ପ୍ରାଣୀ । ଆମମାନଙ୍କ ପ୍ରାଣର ସ୍ପନ୍ଦନ ଏକ ବିଶେଷ ସ୍ତରର । ଯେଉଁମାନଙ୍କର

---

* ଯୋଗସୂତ୍ର, ୧/୨୧

ପ୍ରାଣର କମ୍ପନ ଏକପ୍ରକାରର, ସେହିମାନେ ହିଁ ପରସ୍ପରକୁ ଦେଖିପାରିବେ । କିନ୍ତୁ ଯଦି ଏପରି କେତେକ ପ୍ରାଣୀ ଥାଆନ୍ତି, ଯେଉଁମାନଙ୍କର ପ୍ରାଣ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଉଚ୍ଚସ୍ପନ୍ଦନଶୀଳ, ସେମାନଙ୍କୁ ଆମେ ଦେଖିପାରିବା ନାହିଁ । ଆଲୋକର ତୀବ୍ରତା ଅତିଶୟ ବର୍ଦ୍ଧିତ ହେଲେ ଆମେ ତାହା ଦେଖିପାରୁ ନାହିଁ; କିନ୍ତୁ ଅନେକ ପ୍ରାଣୀଙ୍କର ଚକ୍ଷୁ ଏପରି ଶକ୍ତିସମ୍ପନ୍ନ ଯେ, ସେମାନେ ଉକ୍ତ ଆଲୋକକୁ ମଧ୍ୟ ଦେଖିପାରନ୍ତି । ପୁନଶ୍ଚ ଯଦି ଆଲୋକର ସ୍ପନ୍ଦନ ଅତି ମୃଦୁ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ମଧ୍ୟ ଆମେ ଏହା ଦେଖିପାରୁ ନାହିଁ; କିନ୍ତୁ ପେଚକ, ମାର୍ଜାରାଦି ପ୍ରାଣୀ ଏହା ଦେଖିପାରନ୍ତି । ଆମର ଦୃଷ୍ଟିର ସୀମା ଏହି ପ୍ରାଣସ୍ପନ୍ଦନର ଗୋଟିଏ ସ୍ତରରେ ସୀମିତ । ବାୟୁର କଥା ଧର; ବାୟୁ ସ୍ତର ସ୍ତର ହୋଇ ସଜ୍ଜିତ ରହିଅଛି । ଗୋଟିଏ ସ୍ତର ଉପରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ସ୍ତର ବାୟୁ ଅଛି । ପୃଥିବୀର ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ସ୍ତର, ତାହା ଉପର ସ୍ତର ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ଘନ; ଆହୁରି ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଗଲେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବୁ ଯେ, ବାୟୁ କ୍ରମଶଃ ପତଳା ହେଉଅଛି । ସମୁଦ୍ରର ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ନିଅ; ସମୁଦ୍ରର ଯେତେ ଗଭୀରତର ସ୍ତରକୁ ଯିବ, ଜଳର ଚାପ ସେତେ ବଢ଼ି ଥିବ । ଯେଉଁ ସକଳ ଜନ୍ତୁ ସମୁଦ୍ର ତଳେ ବାସ କରନ୍ତି, ସେମାନେ ଉପରକୁ ଆସିପାରନ୍ତି ନାହିଁ; କାରଣ ଉପରକୁ ଆସିଲେ ଖଣ୍ଡବିଖଣ୍ଡ ହୋଇଯିବେ ।

ସମଗ୍ର ଜଗତ୍‌କୁ ଈଥର୍‌ର ଗୋଟିଏ ସମୁଦ୍ର ରୂପେ ଚିନ୍ତା କର । ପ୍ରାଣର ଶକ୍ତିରେ ଯେପରି ଏହା ସ୍ପନ୍ଦିତ ହେଉଅଛି, ବିଭିନ୍ନ ମାତ୍ରାରେ ସ୍ପନ୍ଦିତ ହୋଇ ତାହା ଯେପରି ସ୍ତରେ ସ୍ତରେ ଅବସ୍ଥିତ । ଯେଉଁ କେନ୍ଦ୍ରରୁ ସ୍ପନ୍ଦନ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଅଛି, ସେଠାରୁ ଯେତେ ଦୂରକୁ ଯିବ, ସେହି ସ୍ପନ୍ଦନ ସେତେ ମୃଦୁଭାବରେ ଅନୁଭବ କରିବ । କେନ୍ଦ୍ରନିକଟରେ ସ୍ପନ୍ଦନ ଅତି ଦ୍ରୁତ । ଏକ ଏକ ପ୍ରକାର ସ୍ପନ୍ଦନ ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ସ୍ତର । ପୁଣି ମନେକର, ଏ ସକଳ ସ୍ପନ୍ଦନର ସ୍ତର ବିଭିନ୍ନ ସମତଳରେ ବିନ୍ୟସ୍ତ ହେଲା—ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ଯୋଜନ ବିସ୍ତୃତ ଗୋଟିଏ ସ୍ତର, ପୁନଶ୍ଚ ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ଯୋଜନ ବିସ୍ତୃତ ଆଉ ଗୋଟିଏ ଉଚ୍ଚତର ସ୍ପନ୍ଦନର ସ୍ତର, ଏହିପରି ଚାଲିଥିବ । ଏହି ଭାବରେ ଚିନ୍ତା କଲେ ଦେଖାଯିବ, ଯେଉଁମାନେ କୌଣସି ଏକ ସ୍ତରରେ ବାସ କରନ୍ତି, ସେମାନେ ପରସ୍ପରକୁ ଚିହ୍ନିପାରନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ତାହା ଅପେକ୍ଷା ନିମ୍ନ ବା ଉଚ୍ଚ ସ୍ତରର ଜୀବଗଣଙ୍କୁ ଚିହ୍ନିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ତଥାପି ଯେପରି ଆମେ ଅଣୁବୀକ୍ଷଣ ଓ ଦୂରବୀକ୍ଷଣ ଯନ୍ତ୍ର ସାହାଯ୍ୟରେ ଆମମାନଙ୍କର ଦୃଷ୍ଟିର ପରିଧି ବଢ଼ାଇପାରୁ, ସେହିପରି ଆମେ ମନକୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସ୍ପନ୍ଦନବିଶିଷ୍ଟ କରି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସ୍ତରର ସମ୍ବାଦ, ଅର୍ଥାତ୍ ସେଠାରେ କଣ ହେଉଅଛି, ଜାଣିପାରୁ । ମନେକର, ଏହି ଗୃହରେ ଏପରି କେତେଗୁଡ଼ିଏ ପ୍ରାଣୀ ଅଛନ୍ତି, ଯାହାଙ୍କୁ ଆମେ ଦେଖିପାରୁ ନାହିଁ । ସେମାନେ ପ୍ରାଣର ଏକ ସ୍ପନ୍ଦନରେ ଓ ଆମେ ଅନ୍ୟ ଏକ ସ୍ପନ୍ଦନରେ ଅଛୁ । ମନେକର ସେମାନେ ଅଧିକ ସ୍ପନ୍ଦନବିଶିଷ୍ଟ ଓ ଆମେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଳ୍ପ ସ୍ପନ୍ଦନଶୀଳ । ସେମାନେ ଯେପରି ପ୍ରାଣରୂପକ ମୂଳ ବସ୍ତୁରୁ ଗଠିତ, ଆମେ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ସେହିପରି । ସମସ୍ତେ ହିଁ ଏକ ପ୍ରାଣସମୁଦ୍ରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶ; ବିଭିନ୍ନତା କେବଳ ସ୍ପନ୍ଦନର ବେଗଯୋଗୁଁ । ଯଦି ମୁଁ ମନକୁ ଦ୍ରୁତ ସ୍ପନ୍ଦନବିଶିଷ୍ଟ କରିପାରେ, ମୋର ସ୍ତର ମଧ୍ୟ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହେବ, ମୁଁ ଆଉ ତୁମମାନଙ୍କୁ ଦେଖିପାରିବି ନାହିଁ, ତୁମେମାନେ ମୋ ସମ୍ମୁଖରୁ ଅନ୍ତର୍ହିତ ହେବ ଓ ଅନ୍ୟପ୍ରକାରର ପ୍ରାଣୀମାନେ ଆବିର୍ଭୂତ ହେବେ । ତୁମମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅନେକେ ହୁଏତ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ ଯେ, ଏହା ସତ୍ୟ । ମନକୁ ଉଚ୍ଚତର ସ୍ପନ୍ଦନର ସ୍ତରକୁ ଉନ୍ନୀତ କରିବାର ନାମ ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ରରେ

'ସମାଧି' । ଏ ସକଳ ଉଚ୍ଚତର ସ୍ପନ୍ଦନର ଅବସ୍ଥାକୁ, ମନର ଅତିଚେତନ ସ୍ପନ୍ଦନକୁ 'ସମାଧି' ନାମକ ଗୋଟିଏ ଶବ୍ଦର ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରାଯାଏ; ସମାଧିର ନିମ୍ନତର ଅବସ୍ଥାରେ ଏହି ସବୁ ପ୍ରେତାତ୍ମା ଇତ୍ୟାଦି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରାଯାଏ । ସମାଧିର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମେ ସତ୍ୟକୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରୁ । ସେତେବେଳେ ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ, କି ଉପାଦାନରେ ଏହିସବୁ ନାନା ସ୍ତରର ଜୀବମାନେ ଗଠିତ । 'ମୃତ୍ତିକା ଖଣ୍ଡକୁ ଜାଣିଲେ ଜଗତର ସମସ୍ତ ମୃତ୍ତିକାର ଜ୍ଞାନ ହୁଏ ।'

ଏହି ଭାବରେ ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ ଯେ, ପ୍ରେତତତ୍ତ୍ୱବିଦ୍ୟାରେ ଯେଉଁ ଟିକକ ସତ୍ୟ ଅଛି, ତାହା ମଧ୍ୟ ଏହି ପ୍ରାଣାୟାମର ଅନ୍ତର୍ଗତ । ଅତଏବ ଯେତେବେଳେ ଦେଖିବ, ଗୋଟିଏ ଦଳ ବା ସଂପ୍ରଦାୟ କୌଣସି ଅତୀନ୍ଦ୍ରିୟ ରହସ୍ୟବିଦ୍ୟା ବା ଗୁପ୍ତତତ୍ତ୍ୱ ଆବିଷ୍କାର କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ବୁଝିବ, ସେମାନେ ପ୍ରକୃତରେ ଏହି ରାଜଯୋଗ ହିଁ ସାଧନା କରୁଛନ୍ତି, ପ୍ରାଣସଂଯମର ଚେଷ୍ଟା କରୁଛନ୍ତି । ଯଦି କୌଣସି ଅସାଧାରଣ ଶକ୍ତିର ବିକାଶ ଦେଖିବ, ତାହାହେଲେ ବୁଝିବ ଯେ ଏହା ମଧ୍ୟ ପ୍ରାଣର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି । ଜଡ଼ବିଜ୍ଞାନଗୁଡ଼ିକୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରାଣାୟାମର ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରାଯାଇପାରେ । ବାଷ୍ପୀୟ ଯନ୍ତ୍ରକୁ କିଏ ଚାଳିତ କରେ ? ପ୍ରାଣ ହିଁ ବାଷ୍ପ ମାଧ୍ୟମରେ ତାହାକୁ ଚଳାଇଥାଏ । ତଡ଼ିତ୍ ପ୍ରଭୃତିର ଯେଉଁ ଅଦ୍ଭୁତ କ୍ରିୟାସମୂହ ଦେଖାଯାଏ, ଏଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ବ୍ୟତୀତ ଆଉ କଣ ହୋଇପାରେ ? ପଦାର୍ଥବିଜ୍ଞାନ କଣ ? ତାହା ବାହ୍ୟ ଉପାୟରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ପ୍ରାଣାୟାମବିଜ୍ଞାନ । ପ୍ରାଣ ଯେତେବେଳେ ମନଃଶକ୍ତିରୂପେ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ମାନସିକ ଉପାୟରେ ହିଁ ତାହାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରାଯାଇପାରେ । ପ୍ରାଣାୟାମବିଜ୍ଞାନର ଯେଉଁ ଅଂଶରେ ପ୍ରାଣର ସ୍ଥୂଳ ପ୍ରକାଶଗୁଡ଼ିକୁ ବାହ୍ୟ ଉପାୟଦ୍ୱାରା ଜୟ କରିବାର ଚେଷ୍ଟା କରାହୁଏ, ତାହାକୁ ପଦାର୍ଥବିଜ୍ଞାନ କହନ୍ତି । ଆଉ ପ୍ରାଣାୟାମର ଯେଉଁ ଅଂଶରେ ମନଃଶକ୍ତିରୂପକ ପ୍ରାଣର ବିକାଶଗୁଡ଼ିକୁ ମାନସିକ ଉପାୟଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବାର ଚେଷ୍ଟା କରାହୁଏ, ତାହାକୁ 'ରାଜଯୋଗ' କହନ୍ତି ।

ଚତୁର୍ଥ ଅଧ୍ୟାୟ
ପ୍ରାଣର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ରୂପ

ଯୋଗୀଗଣଙ୍କ ମତରେ ମେରୁଦଣ୍ଡ ମଧ୍ୟରେ ଇଡ଼ା ଓ ପିଙ୍ଗଳା ନାମକ ଦୁଇଟି ସ୍ନାୟବୀୟ ଶକ୍ତିପ୍ରବାହ ଓ 'ସୁଷୁମ୍ନା' ନାମକ ଗୋଟିଏ ଶୂନ୍ୟ ନାଳୀ ଅଛି । ଏହି ଶୂନ୍ୟ ନାଳୀର ନିମ୍ନ ପ୍ରାନ୍ତରେ 'କୁଣ୍ଡଳିନୀ ପଦ୍ମ' ଅବସ୍ଥିତ । ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ତାହା ତ୍ରିକୋଣାକାର । ଯୋଗୀଙ୍କ ରୂପକ ଭାଷାରେ ଏହି ସ୍ଥାନରେ କୁଣ୍ଡଳିନୀଶକ୍ତି କୁଣ୍ଡଳାକୃତି ହୋଇ ବିରାଜମାନ । ଯେତେବେଳେ ଏହି କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଜାଗ୍ରତ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେ ଏହି ଶୂନ୍ୟ ନାଳୀ ମଧ୍ୟଦେଇ ଉପରକୁ ଉଠିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି ଏବଂ ଯେତିକି ସେ ଏକ ଏକ ସୋପାନ ଉପରକୁ ଉଠୁଥାଆନ୍ତି, ସେତିକି ମନ ସମ୍ମୁଖରେ ସ୍ତର ପରେ ସ୍ତର ଖୋଲି ଯାଉଥାଏ; ଆଉ ସେହି ଯୋଗୀଙ୍କର ନାନା ଅଲୌକିକ ରୂପଦର୍ଶନ ଓ ଅଦ୍ଭୁତ ଶକ୍ତି ଲାଭ ହେଉଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ସେହି କୁଣ୍ଡଳିନୀ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଉପନୀତ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ଶରୀର ଓ ମନରୁ ପୃଥକ୍ ହୋଇଯାଆନ୍ତି ଏବଂ ତାଙ୍କର ଆତ୍ମା ସ୍ୱୀୟ ମୁକ୍ତଭାବ ଉପଲବ୍ଧି କରେ ।

ଆମେମାନେ ଜାଣୁ ସୁଷୁମ୍ନାକାଣ୍ଡ (spinal cord) ଏକ ବିଶେଷ ପ୍ରକାରରେ ଗଠିତ; '8'—ଏହି ଅକ୍ଷରଟିକୁ ଯଦି ଲମ୍ବା କରି (∞) ରଖାହୁଏ, ତାହାହେଲେ ଦେଖାଯିବ ଯେ, ତାହାର ଦୁଇଟି ଅଂଶ ରହିଅଛି ଏବଂ ଏ ଦୁଇଟି ପରସ୍ପର ସଂଯୁକ୍ତ । ଏହି ଅକ୍ଷରକୁ ଗୋଟିକ ଉପରେ ଗୋଟିଏ ରଖିଲେ ଯେପରି ଦେଖାଯାଏ, ସୂଷୁମ୍ନାକାଣ୍ଡ କେତେକାଂଶରେ ସେହିପରି । ଏହାର ବାମଭାଗ 'ଇଡ଼ା', ଦକ୍ଷିଣ ଭାଗ 'ପିଙ୍ଗଳା' ଏବଂ ଯେଉଁ ଶୂନ୍ୟ ନାଳୀ ସୂଷୁମ୍ନାକାଣ୍ଡର ଭିତର ଦେଇ ଯାଇଅଛି, ତାହା 'ସୂଷୁମ୍ନା' । କଟିଦେଶ ନିକଟରେ ମେରୁଦଣ୍ଡର କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଅସ୍ଥିପରେ ସୂଷୁମ୍ନାକାଣ୍ଡ ଶେଷ ହୋଇଅଛି, ତେବେ ସୁଦ୍ଧା ଗୋଟିଏ ଅତି ସୂକ୍ଷ୍ମ ତନ୍ତୁ ବରାବର ନିମ୍ନକୁ ଓହ୍ଲାଇ ଆସିଅଛି । ସୂଷୁମ୍ନାନଳୀ ଏହି ତନ୍ତୁ ଭିତରେ ମଧ୍ୟ ଅବସ୍ଥିତ । ଏହା ଅତି ସୂକ୍ଷ୍ମ । ନିମ୍ନ ଦିଗକୁ ଏହି ନଳୀର ମୁଖ ବନ୍ଦ ଥାଏ । ତାହାରି ନିକଟରେ ହିଁ କଟିଦେଶସ୍ଥ ସ୍ନାୟୁଜାଲ (Sacral plexus) ଅବସ୍ଥିତ । ଆଧୁନିକ ଶରୀରବିଜ୍ଞାନ (physiology) ମତରେ ତାହା ତ୍ରିକୋଣାକୃତି । ବିଭିନ୍ନ ସ୍ନାୟୁଜାଲର କେନ୍ଦ୍ର ସୂଷୁମ୍ନା ମଧ୍ୟରେ ଅବସ୍ଥିତ; ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପଦ୍ମ ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇପାରେ ।

ଯୋଗୀ କଳ୍ପନା କରନ୍ତି, ସର୍ବନିମ୍ନ ମୂଳାଧାରରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ମସ୍ତିଷ୍କସ୍ଥ ସହସ୍ରାର ବା ସହସ୍ରଦଳ ପଦ୍ମ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କେତେଗୁଡ଼ିଏ କେନ୍ଦ୍ର ଅଛି । ଯଦି ଆମେମାନେ ଏହି ପଦ୍ମଗୁଡ଼ିକୁ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ସ୍ନାୟୁଜାଲ (plexus) ବୋଲି ମନେକରୁ, ତାହା ହେଲେ ଆଧୁନିକ ଶରୀରବିଜ୍ଞାନ ଭାଷାରେ ଅତି ସହଜରେ ଯୋଗୀମାନଙ୍କ କଥାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ବୁଝାଯିବ । ଆମେ ଜାଣୁ, ଆମ ସ୍ନାୟୁ ମଧ୍ୟରେ ଦୁଇ ପ୍ରକାରର ପ୍ରବାହ ଅଛି; ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ଅନ୍ତର୍ମୁଖ ଓ ଅପରଟି ବହିର୍ମୁଖ, ଗୋଟିଏ ଜ୍ଞାନାତ୍ମକ (sensory) ଓ ଅପରଟି କର୍ମାତ୍ମକ (motor), ଗୋଟିଏ କେନ୍ଦ୍ରାଭିମୁଖୀ ଓ ଅପରଟିକୁ କେନ୍ଦ୍ରାପସାରୀ କୁହାଯାଇପାରେ । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ସଂବାଦ ବହନ କରେ, ଅପରଟି ମସ୍ତିଷ୍କରୁ ବିଭିନ୍ନ ଅଙ୍ଗକୁ ସମ୍ବାଦ

ନେଇଯାଏ । ଏହି ସ୍ପନ୍ଦନପ୍ରବାହଗୁଡ଼ିକ ମସ୍ତିଷ୍କ ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ବ୍ୟାଖ୍ୟା ସୁଗମ ଓ ସ୍ପଷ୍ଟ କରିବା ପାଇଁ ଆମମାନଙ୍କୁ କେତେଗୁଡ଼ିଏ କଥା ସ୍ମରଣ ରଖିବାକୁ ହେବ । ସୁଷୁମ୍ନାକାଣ୍ଡ ମସ୍ତିଷ୍କମଜ୍ଜାର ଗୋଟିଏ କନ୍ଦା (bulb)ରେ ଶେଷ ହୋଇଅଛି; କିନ୍ତୁ ଏହା ମସ୍ତିଷ୍କ ସହିତ ଯୁକ୍ତ ନୁହେଁ, ମସ୍ତିଷ୍କ ଅନ୍ତର୍ଗତ ତରଳ ପଦାର୍ଥରେ ଏହା ଭାସମାନ ରହିଛି । ମୁଣ୍ଡରେ ଯଦି କୌଣସି ଆଘାତ ଲାଗେ, ତେବେ ଏହି ଆଘାତର ଶକ୍ତି ଏହି ତରଳ ପଦାର୍ଥରେ ହିଁ ବ୍ୟୟିତ ହୁଏ; କନ୍ଦା ଆହତ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏହା ମନେରଖିବା ବିଶେଷ ପ୍ରୟୋଜନ । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ ସମଗ୍ର ଚକ୍ର ମଧ୍ୟରେ ସର୍ବନିମ୍ନସ୍ଥ ମୂଳାଧାର, ମସ୍ତିଷ୍କସ୍ଥ ସହସ୍ରଦଳ ପଦ୍ମ ଓ ନାଭିଦେଶରେ ଅବସ୍ଥିତ ମଣିପୁର ଚକ୍ର—ଏହି ତିନୋଟି କଥା ମନେ ରଖିବା ବିଶେଷ ଆବଶ୍ୟକ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ପଦାର୍ଥବିଜ୍ଞାନର ଗୋଟିଏ ତତ୍ତ୍ୱ ଆମମାନଙ୍କୁ ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ଆମେମାନେ ସମସ୍ତେ ହିଁ ତଡ଼ିତ୍ ଓ ତଦ୍‌ସମ୍ପର୍କିତ ବହୁବିଧ ଶକ୍ତି କଥା ଶୁଣିଅଛୁ । ତଡ଼ିତ୍ କଣ, ତାହା କେହିହେଲେ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ; ତେବେ ଆମେ ଏତିକି ଜାଣୁ ଯେ, ତଡ଼ିତ୍ ଏକପ୍ରକାର ଗତିବିଶେଷ । ଜଗତରେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ନାନାବିଧ ଗତି ଅଛି; ତଡ଼ିତ୍ ସହିତ ସେଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରଭେଦ କଣ? ମନେକର ଗୋଟିଏ ଟେବୁଲ ହଲୁଅଛି—ଯେଉଁ ପରମାଣୁଗୁଡ଼ିକଦ୍ୱାରା ଏହା ଗଠିତ, ସେଗୁଡ଼ିକ ବିଭିନ୍ନ ଦିଗରେ ଆନ୍ଦୋଳିତ ହେଉଛନ୍ତି । ଯଦି ସେଗୁଡ଼ିକୁ କେବଳ ଏକ ଦିଗରେ ସଞ୍ଚାଳିତ କରିବାକୁ ହୁଏ, ତାହା ହେଲେ ତାହା ତଡ଼ିତ୍‌ଶକ୍ତିଦ୍ୱାରା ହିଁ ସମ୍ଭବ । ତଡ଼ିତ୍‌ପ୍ରବାହ କୌଣସି ପଦାର୍ଥର ପରମାଣୁଗୁଡ଼ିକୁ ଏକ ଦିଗରେ ଗତିଶୀଳ କରେ । ଏହି ଗୃହରେ ଯେଉଁ ବାୟୁରାଶି ରହିଅଛି, ତାହାର ସବୁ ପରମାଣୁଗୁଡ଼ିକୁ ଯଦି କ୍ରମାଗତ ଏକ ଦିଗରେ ସଞ୍ଚାଳିତ କରାଯାଏ; ତାହା ହେଲେ ଘରଟି ଗୋଟିଏ ବିରାଟ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଆଧାରଯନ୍ତ୍ରରେ (battery) ପରିଣତ ହେବ ।

ଶରୀରବିଜ୍ଞାନର ଗୋଟିଏ ତତ୍ତ୍ୱ ଆମକୁ ସ୍ମରଣ ରଖିବାକୁ ହେବ । ତତ୍ତ୍ୱଟି ଏହି: ଯେଉଁ ସ୍ନାୟୁକେନ୍ଦ୍ର ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ନିୟମିତ କରେ, ସ୍ନାୟୁପ୍ରବାହଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ମଧ୍ୟ ତାହାର ପ୍ରଭାବ ଅଛି; ଏହି କେନ୍ଦ୍ର ବକ୍ଷଦେଶର ଠିକ୍ ବିପରୀତ ଦିଗରେ ମେରୁଦଣ୍ଡରେ ଅବସ୍ଥିତ, ତାହା ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସକୁ ନିୟମିତ କରେ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଯେଉଁ ସକଳ ସ୍ନାୟୁଚକ୍ର ଅଛି, ସେଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ମଧ୍ୟ କିଞ୍ଚିତ୍ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିଥାଏ ।

ଏଥର ଆମେ ପ୍ରାଣାୟାମ କ୍ରିୟାସାଧନର କାରଣ ବୁଝିପାରିବା । ପ୍ରଥମତଃ ନିୟମିତ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ସମୁଦାୟ ପରମାଣୁଗୁଡ଼ିକ ଗତିସମ୍ପନ୍ନ ହେବାର ପ୍ରବଣତା ଲାଭ କରିବେ । ଯେତେବେଳେ ମନ ଦୃଢ଼ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିରେ ପରିଣତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ସମଗ୍ର ସ୍ନାୟୁପ୍ରବାହ ଏକପ୍ରକାର ତଡ଼ିତ୍ ଶକ୍ତିରେ ପରିଣତ ହୁଏ; କାରଣ, ଦେଖାଯାଇଛି—ତଡ଼ିତ୍‌ପ୍ରବାହର ପ୍ରଭାବରେ ସ୍ନାୟୁର ଉଭୟ ପ୍ରାନ୍ତରେ ବିପରୀତ ଶକ୍ତିଦ୍ୱୟର ଉଦ୍ଭବ ହୁଏ । ଏଥିରୁ ହିଁ ପ୍ରମାଣିତ ହୁଏ ଯେ, ଯେତେବେଳେ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ସ୍ନାୟୁପ୍ରବାହରୂପେ ପରିଣତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଏହା ତଡ଼ିତ୍ ସମ କୌଣସି ଶକ୍ତିରେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୁଏ । ଯେତେବେଳେ ଶରୀରର ସମୁଦାୟ ଗତି ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ସମତାଳରେ ଚାଳିତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଶରୀର ଯେପରି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ଏକ ପ୍ରବଳ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଆଧାରସ୍ୱରୂପ ହୋଇଯାଏ । ଏହି ପ୍ରବଳ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଲାଭ କରିବା ହିଁ ଆମର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ପ୍ରାଣାୟାମ କ୍ରିୟାକୁ ଏହିପରି ଶରୀରବିଜ୍ଞାନ ସାହାଯ୍ୟରେ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରାଯାଇପାରେ । ତାହା ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ଛନ୍ଦ ଭଳି ଏକପ୍ରକାର ଗତି ଉତ୍ପାଦନ କରେ ଓ

ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସକେନ୍ଦ୍ର ଉପରେ ଆଧିପତ୍ୟ ବିସ୍ତାର କରି ଶରୀରସ୍ଥ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ମଧ୍ୟ ଅଧୀନକୁ (control) ଆଣିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ପ୍ରାଣାୟାମର ଲକ୍ଷ୍ୟ ମୂଳାଧାରରେ ଅବସ୍ଥିତ କୁଣ୍ଡଳିନୀଶକ୍ତିର ଉଦ୍‌ବୋଧନ କରିବା ।

ଆମେ ଯାହା କିଛି ଦେଖୁ, କଳ୍ପନା କରୁ ଅଥବା ସ୍ୱପ୍ନରେ ଦେଖୁ, ସମସ୍ତ ହିଁ ଆକାଶର ପଟ୍ଟଭୂମିରେ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ହୁଏ । ଏହି ପରିଦୃଶ୍ୟମାନ ଆକାଶର ନାମ ମହାକାଶ । ଯୋଗୀ ଯେତେବେଳେ କାହାର ମନୋଭାବ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରନ୍ତି ବା ଅତୀନ୍ଦ୍ରୀୟ ବସ୍ତୁସମୂହ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ଏଗୁଡ଼ିକ ଅନ୍ୟ ଏକପ୍ରକାର ଆକାଶରେ—ଚିତ୍ତାକାଶରେ ବା ମାନସ-ଆକାଶରେ ଦେଖିବାକୁ ପାଆନ୍ତି । ଆଉ ଯେତେବେଳେ ଆମମାନଙ୍କ ଅନୁଭୂତି ବିଷୟଶୂନ୍ୟ ହୁଏ, ଯେତେବେଳେ ଆତ୍ମା ନିଜ ସ୍ୱରୂପରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ତାହାର ନାମ 'ଚିଦାକାଶ' ବା ଜ୍ଞାନର ଆକାଶ । ଯେତେବେଳେ କୁଣ୍ଡଳିନୀଶକ୍ତି ଜାଗରିତ ହୋଇ ସୁଷୁମ୍ନା ନାଡ଼ୀରେ ପ୍ରବେଶ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ଯେଉଁ ସକଳ ବିଷୟ ଅନୁଭୂତ ହୁଏ, ସେଗୁଡ଼ିକ ଚିତ୍ତାକାଶରେ ହିଁ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ନାଳୀର ଶେଷ ସୀମା ମସ୍ତିଷ୍କରେ କୁଣ୍ଡଳିନୀଶକ୍ତି ଉପନୀତ ହେଲେ ଚିଦାକାଶରେ ଏକ ବିଷୟଶୂନ୍ୟ ଜ୍ଞାନ ଅନୁଭୂତ ହୋଇଥାଏ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ତଡ଼ିତ୍ ଶକ୍ତିର ଉପମା ପୁଣି ଦିଆଯାଉ । ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ ଯେ, ମନୁଷ୍ୟ କେବଳ ତାରଯୋଗେ କୌଣସି ତଡ଼ିତ୍-ପ୍ରବାହକୁ ଏକ ସ୍ଥାନରୁ ଅନ୍ୟ ସ୍ଥାନକୁ ପ୍ରେରଣ କରିପାରେ ।* କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତି ତାହାର ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଶକ୍ତିପ୍ରବାହ ପ୍ରେରଣ କରିବା ପାଇଁ କୌଣସି ତାରର ସାହାଯ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରେ ନାହିଁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ପ୍ରମାଣିତ ହୁଏ, ପ୍ରବାହ ସଞ୍ଚାଳନ କରିବାପାଇଁ ତାରର ବାସ୍ତବିକ୍ କୌଣସି ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ । ତେବେ ଆମେ ଏହା ବ୍ୟତୀତ କାମ କରିପାରୁ ନାହିଁ ବୋଲି ତାରର ପ୍ରୟୋଜନ ।

ତଡ଼ିତ୍-ପ୍ରବାହ ଯେପରି ତାର ସାହାଯ୍ୟରେ ପ୍ରେରିତ ହୋଇଥାଏ, ଠିକ୍ ସେହିପରି ସ୍ନାୟୁତନ୍ତୁରୂପକ ତାର ସାହାଯ୍ୟରେ ଶରୀରର ସର୍ବବିଧ ସମ୍ବେଦନ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ପ୍ରେରିତ ହେଉଛି ଓ ମସ୍ତିଷ୍କରୁ କର୍ମପ୍ରଚେଷ୍ଟା ବହିରିନ୍ଦ୍ରିୟକୁ ପ୍ରେରିତ ହେଉଛି । ସୁଷୁମ୍ନା ମଧ୍ୟସ୍ଥିତ ଜ୍ଞାନାତ୍ମକ ଓ କର୍ମାତ୍ମକ ସ୍ନାୟୁତନ୍ତୁଗୁଡ଼ିକ ହିଁ ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ଇଡ଼ା ଓ ପିଙ୍ଗଳା ନାଡ଼ୀ । ପ୍ରଧାନତଃ ଏହି ଦୁଇଟି ନାଡ଼ୀ ଭିତର ଦେଇ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ଅନ୍ତର୍ମୁଖ ଓ ବହିର୍ମୁଖ ଶକ୍ତି ପ୍ରବାହ ଦୁଇଟି ଚଳାଚଳ କରୁଅଛି । କିନ୍ତୁ ପ୍ରଶ୍ନ ହେଉଛି, କୌଣସି ତାରର ସାହାଯ୍ୟ ବ୍ୟତୀତ ମନ କାହିଁକି ସମ୍ବାଦ ପ୍ରେରଣ କରିପାରିବ ନାହିଁ, ଅଥବା ପ୍ରତିକ୍ରିୟା କରିବ ନାହିଁ ? ପ୍ରକୃତିରେ ତ ଏପରି ଘଟଣା ଘଟୁଛି । ଉତ୍ତରରେ ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, କେବଳ ଏପରି କରିପାରିଲେ ଜଡ଼ର ବନ୍ଧନ ଅତିକ୍ରମ କରାଯାଇପାରେ । ଏହା କରିବାର ଉପାୟ କଣ ? ଯଦି ମେରୁଦଣ୍ଡ ମଧ୍ୟସ୍ଥ ସୁଷୁମ୍ନା ଭିତର ଦେଇ ସ୍ନାୟୁପ୍ରବାହ ଚଳାଇପାର, ତାହାହେଲେ ଏହି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ହେବ । ମନ ଏହି ସ୍ନାୟୁଜାଲ ନିର୍ମାଣ କରିଅଛି, ମନକୁ ହିଁ ଏହି ଜାଲ ଛିନ୍ନ କରିବାକୁ ହେବ । କୌଣସି ପ୍ରକାର ତାରର ସାହାଯ୍ୟ ବିନା କାମ କରିବାକୁ ହେବ । ସେତେବେଳେ ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନ ଆମର ଆୟତ୍ତ ହେବ, ଦେହର ବନ୍ଧନ ଆଉ ରହିବ ନାହିଁ । ଅତଏବ ସୁଷୁମ୍ନା ନାଡ଼ୀ ଜୟ କରିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରୟୋଜନ । ଯଦି ଏହି ଶୂନ୍ୟ ନାଳୀ ମଧ୍ୟଦେଇ, ନାଡ଼ୀଜାଲର ସାହାଯ୍ୟ

---

* ପାଠକ ସ୍ମରଣ ରଖିବେ ଯେ ବେତାର ଆବିଷ୍କାର ପୂର୍ବେ ଏହା ରଚିତ ।

ବ୍ୟତିରେକେ ଆମେ ମାନସିକ ପ୍ରବାହ ଚଳାଇପାରୁ, ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ତାହେଲେ ଏ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ହେବ । ଯୋଗୀମାନେ ପୁନଶ୍ଚ କହନ୍ତି, ଏପରି କରିବା ସମ୍ଭବ ।

ସାଧାରଣ ଲୋକର ଶରୀରରେ ସୁଷୁମ୍ନା ନିମ୍ନ ପ୍ରଦେଶରେ ବନ୍ଦଥାଏ; ତାହାଦ୍ୱାରା କୌଣସି କ୍ରିୟା ହୁଏ ନାହିଁ । ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ଏହି ସୁଷୁମ୍ନାଦ୍ୱାର ଉନ୍ମୁକ୍ତ କରି ତାହା ଭିତର ଦେଇ ସ୍ନାୟୁପ୍ରବାହ ଚଳାଇବାର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରଣାଳୀ ଅଛି । ସେହି ସାଧନରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେଲେ ସ୍ନାୟୁପ୍ରବାହ ତାହା ମଧ୍ୟଦେଇ ଚାଲିପାରେ । ବାହ୍ୟ ବିଷୟଦ୍ୱାରା ଉତ୍ପନ୍ନ ପ୍ରବାହ ଯେତେବେଳେ କୌଣସି କେନ୍ଦ୍ରରେ ଉପନୀତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଏହି କେନ୍ଦ୍ରରୁ ଏକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା (reaction) ହୁଏ । ସ୍ୱୟଂକ୍ରିୟ କେନ୍ଦ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ (automatic centres) ଏହି ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଫଳରେ ଏକ ଗତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ; ଚେତନାଯୁକ୍ତ କେନ୍ଦ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ (conscious centres) କିନ୍ତୁ ପ୍ରଥମେ ଅନୁଭବ ଓ ପରେ ଗତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ସମସ୍ତ ଅନୁଭୂତି ହିଁ ବାହାରୁ ଆଗତ କ୍ରିୟାର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ମାତ୍ର । ତେବେ ସ୍ୱପ୍ନରେ ଅନୁଭୂତି ହୁଏ କିପରି ? ସେତେବେଳେ ବାହାରର କୌଣସି କ୍ରିୟା ନଥାଏ । ତେବେ ନିଶ୍ଚୟ ବିଷୟାଭିଘାତଜନିତ ସ୍ନାୟବୀୟ ଗତିଗୁଡ଼ିକ ଶରୀରରେ କେଉଁଠି ହେଲେ କୁଣ୍ଡଳୀକୃତ ଭାବରେ ଅବସ୍ଥାନ କରେ । ମନେକର, ମୁଁ ଗୋଟିଏ ନଗର ଦେଖିଲି; ସେହି ନଗରର ବହିଃବସ୍ତୁଗୁଡ଼ିକର ଆଘାତର ପ୍ରତିଘାତରେ ହିଁ ଆମେ ସେହି ନଗରର ଅନୁଭୂତି—ଅର୍ଥାତ୍ ସେହି ନଗରର ବହିର୍ବସ୍ତୁନିଚୟଦ୍ୱାରା ଆମର ଅନ୍ତର୍ବାହୀ ସ୍ନାୟୁମଣ୍ଡଳୀ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ଗତିବିଶେଷ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ—ତାହାଦ୍ୱାରା ମସ୍ତିଷ୍କମଧ୍ୟସ୍ଥ ପରମାଣୁଗୁଡ଼ିକ ଗତିଶୀଳ ହୋଇଛି । ଏହି ଅଭିଜ୍ଞତାର ଅନେକ ଦିନ ପରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ନଗରଟିକୁ ମନେକରି ହେବ । ସ୍ମୃତିରେ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ଏହିପରି ଘଟିଥାଏ, ତେବେ ମୃଦୁଭାବରେ । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ କ୍ରିୟା ମସ୍ତିଷ୍କ ଭିତରେ ଏଭଳି ମୃଦୁ କମ୍ପନ ସୃଷ୍ଟି କରେ, ତାହା କେଉଁଠାରୁ ଆସେ ? ତାହା ଯେ ସେହି ପ୍ରଥମ ସମ୍ବେଦନରୁ ସୃଷ୍ଟି, ତାହା କେବେହେଲେ କୁହାଯାଇ ନ ପାରେ । ତା'ହେଲେ ସ୍ପଷ୍ଟ ପ୍ରତୀତ ହେଉଅଛି ଯେ, ଏହି ସମ୍ବେଦନଜନିତ ଗତିପ୍ରବାହଗୁଡ଼ିକ ଶରୀର ମଧ୍ୟର କେଉଁଠି ହେଲେ କୁଣ୍ଡଳୀକୃତ ହୋଇ ରହିଅଛି ଏବଂ ସେଗୁଡ଼ିକର ଅଭିଘାତ ଫଳରେ ସ୍ୱପ୍ନକାଳୀନ ଅନୁଭୂତିରୂପକ ମୃଦୁ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ହୋଇଥାଏ ।

ଯେଉଁ କେନ୍ଦ୍ରରେ ସଂବେଦନଗୁଡ଼ିକର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ବା ସଂସ୍କାରସମଷ୍ଟି ସଞ୍ଚିତ ଥାଏ, ତାହାକୁ 'ମୂଳାଧାର' କହନ୍ତି, ଆଉ ଏହି କୁଣ୍ଡଳାକୃତ କ୍ରିୟାଶକ୍ତିକୁ 'କୁଣ୍ଡଳନୀ' କହନ୍ତି । ସମ୍ଭବତଃ ପ୍ରେରଣା-ଶକ୍ତିର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ମଧ୍ୟ ଏହି ସ୍ଥାନରେ କୁଣ୍ଡଳୀକୃତ ହୋଇ ସଞ୍ଚିତ ହୋଇଅଛି; କାରଣ, କୌଣସି ବାହ୍ୟ ବସ୍ତୁର ଦୀର୍ଘକାଳ ଚିନ୍ତା ଓ ଗଭୀର ଅଧ୍ୟୟନ ପରେ ଶରୀରର ଯେଉଁ ସ୍ଥାନରେ ଏହି ମୂଳାଧାର ଚକ୍ର (ସମ୍ଭବତଃ Sacral Plexus) ଅବସ୍ଥିତ, ତାହା ଉଷ୍ଣ ହୋଇପାଏ । ଯଦି ଏହି କୁଣ୍ଡଳିନୀଶକ୍ତି ଜାଗରିତ ହୋଇ ଜ୍ଞାତସାରରେ ସୁଷୁମ୍ନାନାଳୀ ଭିତରଦେଇ ଗମନ କରେ, ତେବେ ତାହାର ଗୋଟିକ ପରେ ଗୋଟିଏ କେନ୍ଦ୍ର ଉପରେ କ୍ରିୟା ଫଳରେ ପ୍ରବଳ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଉତ୍ପତ୍ତି ହେବ । ଯେତେବେଳେ କୁଣ୍ଡଳିନୀଶକ୍ତିର ଅତି ସାମାନ୍ୟ ଅଂଶ କୌଣସି ସ୍ନାୟୁତନ୍ତୁ ଭିତର ଦେଇ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ ଓ ବିଭିନ୍ନ କେନ୍ଦ୍ରରେ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ସୃଷ୍ଟି କରେ, ସେତେବେଳେ ତାହା ହିଁ ସ୍ୱପ୍ନ ଅଥବା କଳ୍ପନା ନାମରେ ଅଭିହିତ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ଏହି ଦୀର୍ଘକାଳ ସଞ୍ଚିତ ବିପୁଳ ଶକ୍ତିପୁଞ୍ଜ ଦୀର୍ଘକାଳବ୍ୟାପୀ ତୀବ୍ର ଧ୍ୟାନ ବଳରେ ସୁଷୁମ୍ନାମାର୍ଗ ଅତିକ୍ରମ କରୁଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଯେଉଁ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ହୁଏ, ତାହା ଅତି

ପ୍ରବଳ । ତାହା ସ୍ୱପ୍ନ ବା କଳ୍ପନାକାଳୀନ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାଠାରୁ ଯେ କେବଳ ଅନନ୍ତ ଗୁଣ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ତାହା ନୁହେଁ, ବରଂ ଜାଗ୍ରତକାଳୀନ ବିଷୟଜ୍ଞାନର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଅପେକ୍ଷା ମଧ୍ୟ ଅନନ୍ତ ଗୁଣ ପ୍ରବଳ । ଏହା ହେଉଛି ଅତୀନ୍ଦ୍ରିୟ ଅନୁଭୂତି, ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ମନ ଜ୍ଞାନାତୀତ ଭୂମିରେ ଆରୋହଣ କରିଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଏହା ସମୁଦାୟ ଜ୍ଞାନର, ସମୁଦାୟ ଅନୁଭୂତିର କେନ୍ଦ୍ରସ୍ୱରୂପ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଯାଇ ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ସମଗ୍ର ମସ୍ତିଷ୍କ ଓ ତାହାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ପରମାଣୁରୁ ଯେଉଁ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ହୁଏ ତାହାର ଫଳ ଜ୍ଞାନଲୋକର ପୂର୍ଣ୍ଣପ୍ରକାଶ ବା ଆତ୍ମାନୁଭୂତି । କୁଣ୍ଡଳିନୀଶକ୍ତି ଯେତେବେଳେ ଗୋଟିଏ କେନ୍ଦ୍ରରୁ ଅନ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ଯାଏ ସେତେବେଳେ ମନର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ସ୍ତର ଯେପରିକି ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହେଉଥାଏ ଏବଂ ଯୋଗୀ ଜଗତର ସୂକ୍ଷ୍ମ ବା କାରଣବସ୍ଥାକୁ ଉପଲବ୍ଧି କରୁଥାଆନ୍ତି । ସେହି ସମୟରେ ସମ୍ବେଦନ ଓ ତାହାର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ସ୍ୱରୂପ ଜଗତର କାରଣ-ସମୂହର ଯଥାର୍ଥ ଜ୍ଞାନ ହେବ, ଅର୍ଥାତ୍ ସର୍ବବିଷୟରେ ଆମର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ଞାନ ହେବ । କାରଣକୁ ଜାଣିଲେ କାର୍ଯ୍ୟର ଜ୍ଞାନ ନିଶ୍ଚୟ ଆସିବ ।

ଅତଏବ କୁଣ୍ଡଳିନୀକୁ ଜାଗ୍ରତ କରିବା ହିଁ ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ, ଜ୍ଞାନାତୀତ ଅନୁଭୂତି ବା ଆତ୍ମାନୁଭୂତି ଲାଭର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ । କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଜାଗ୍ରତ କରିବାର ଅନେକ ଉପାୟ ଅଛି; କାହାର କେବଳ ଭଗବଦ୍‌ପ୍ରେମଦ୍ୱାରା କାହାରି ବା ସିଦ୍ଧ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ କୃପାରୁ, କାହାର ପୁଣି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଜ୍ଞାନବିଚାରଦ୍ୱାରା ଏହା ସମ୍ଭବପର ହୋଇଥାଏ । ଲୋକମାନେ ଯାହାକୁ ଅଲୌକିକ ଶକ୍ତି ବା ଜ୍ଞାନ କହିଥାଆନ୍ତି, ଯେତେବେଳେ କେଉଁଠି ତାହାର କିଛି ପ୍ରକାଶ ଦେଖାଯାଏ, ସେତେବେଳେ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ଯେ, ଏହି କୁଣ୍ଡଳିନୀଶକ୍ତିର କିୟଦ୍ ଅଂଶ କୌଣସି ଉପାୟରେ ସୁଷୁମ୍ନା ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରିଅଛି । ତେବେ ଅଧିକାଂଶ ସ୍ଥଳରେ ହିଁ ଦେଖାଯିବ, ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି ନ ଜାଣି ହଠାତ୍ ଏପରି କୌଣସି ସାଧନା କରିଛନ୍ତି; ଯାହା ହେତୁ ତାଙ୍କର ଅଜ୍ଞାତସାରରେ କୁଣ୍ଡଳିନୀଶକ୍ତିର କିୟଦ୍ ପରିମାଣ ସୁଷୁମ୍ନାରେ ପ୍ରବେଶ କରିଅଛି । ସର୍ବପ୍ରକାର ଉପାସନା ଜ୍ଞାତ ବା ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ଏହି ଏକ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ପହଞ୍ଚାଇ ଦିଏ । ଯେ ମନେ କରନ୍ତି, 'ମୁଁ ପ୍ରାର୍ଥନାର ଉତ୍ତର ପାଇଅଛି', ସେ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ ଯେ, ପ୍ରାର୍ଥନାରୂପକ ମନୋବୃତ୍ତିଦ୍ୱାରା ସେ ତାଙ୍କରି ଦେହସ୍ଥିତ, ଅନନ୍ତ ଶକ୍ତିର ଏକ ବିନ୍ଦୁକୁ ଜାଗରିତ କରିବା ପାଇଁ ସମର୍ଥ ହୋଇଅଛନ୍ତି । ସୁତରାଂ ମନୁଷ୍ୟ ନ ଜାଣି ଯାହାକୁ ନାନା ନାମରେ—ଭୟ ଓ ଦୁଃଖରେ ପ୍ରେରିତ ହୋଇ ଉପାସନା କରେ, ତାଙ୍କ ନିକଟକୁ କିପରି ଅଗ୍ରସର ହେବାକୁ ପଡ଼େ, ତାହା ଜାଣିଲେ ତୁମେ ବୁଝିବ ଯେ ସେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାଣୀ ମଧ୍ୟରେ କୁଣ୍ଡଳୀକୃତ ହୋଇ ବିରାଜମାନ—ଏବଂ ସେ ବାସ୍ତବିକ ସକଳ ସୁଖର ଜନନୀ —ଯୋଗୀଗଣ ଜଗତ ସମ୍ମୁଖରେ ଏହି ସତ୍ୟକୁ ଉଚ୍ଚକଣ୍ଠରେ ଘୋଷଣା କରନ୍ତି । ସୁତରାଂ ରାଜଯୋଗ ହିଁ ପ୍ରକୃତ ଧର୍ମ-ବିଜ୍ଞାନ ଏବଂ ତାହା ସକଳ ଉପାସନା, ସକଳ ପ୍ରାର୍ଥନା, ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସାଧନ-ପଦ୍ଧତି, କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ ଓ ଅଲୌକିକ ଘଟଣାସମୂହର ଯୁକ୍ତିସଙ୍ଗତ ବ୍ୟାଖ୍ୟା ।

ପଞ୍ଚମ ଅଧ୍ୟାୟ

ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପ୍ରାଣର ସଂଯମ

ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମକୁ ପ୍ରାଣାୟାମର ବିଭିନ୍ନ କ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଲୋଚନା କରିବାକୁ ହେବ । ଆମେ ପୂର୍ବରୁ ଜାଣିଅଛୁ, ଯୋଗୀଗଣଙ୍କ ମତରେ ସାଧନର ପ୍ରଥମ ଅଙ୍ଗ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର ଗତି ନିୟନ୍ତିତ କରିବା । ଆମର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ—ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ସକଳ ସୂକ୍ଷ୍ମ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଗତି ଅଛି, ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଅନୁଭବ କରିବା । ଆମମାନଙ୍କ ମନ ବହିର୍ମୁଖ ହୋଇଯାଇଛି; ଏହା ଭିତରର ସୂକ୍ଷ୍ମାତିସୂକ୍ଷ୍ମ ଗତିଗୁଡ଼ିକୁ ଆମେ ଆଦୌ ଜାଣିପାରୁ ନାହିଁ । ଏହା ଅନୁଭବ କରିପାରିଲେ ଆମେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଜୟ କରିପାରିବା । ଏହି ସ୍ନାୟବୀୟ ଶକ୍ତିପ୍ରବାହଗୁଡ଼ିକ ଶରୀରରେ ସର୍ବତ୍ର ଚାଲୁଅଛି, ପ୍ରତି ମାଂସପେଶୀକୁ ଏମାନେ ପ୍ରାଣ ଓ ଜୀବନୀଶକ୍ତି ସଞ୍ଚାର କରୁଛନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ଆମେ ସେ ପ୍ରବାହଗୁଡ଼ିକୁ ଅନୁଭବ କରିପାରୁ ନାହୁଁ । ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ଚେଷ୍ଟା କଲେ ଆମେ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ଶିଖିପାରିବା । କିପରି ଭାବରେ ? ପ୍ରଥମେ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର ଗତି ନିୟନ୍ତିତ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବାକୁ ହେବ । ଏହା କରିପାରିଲେ ଆମେ ସୂକ୍ଷ୍ମତର ଗତିଗୁଡ଼ିକୁ ମଧ୍ୟ ନିୟନ୍ତିତ କରିପାରିବା ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରାଣାୟାମର ସାଧନ ଓ କ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକ କଥା ଆଲୋଚନା କରାଯାଉ । ସରଳଭାବେ ଉପବେଶନ କରିବାକୁ ହେବ, ଶରୀରକୁ ସଳଖ ଭାବରେ ରଖିବାକୁ ହେବ । ସୁଷୁମ୍ନା ନାଡ଼ୀ ଯଦିଓ ମେରୁଦଣ୍ଡର ଅଭ୍ୟନ୍ତରରେ ଅବସ୍ଥିତ ତଥାପି ମେରୁଦଣ୍ଡ ସହିତ ସଂଲଗ୍ନ ନୁହେଁ । ବକ୍ର ହୋଇ ବସିଲେ ସୁଷୁମ୍ନାପଥ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ; ଅତଏବ ଦେଖିବାକୁ ହେବ, ତାହା ଯେପରି ସହଜଭାବରେ ରହେ । ବକ୍ର ହୋଇ ବସି ଧ୍ୟାନ କରିବାର ଚେଷ୍ଟା କ୍ଷତିକାରକ । ଶରୀରର ତିନୋଟି ଭାଗ—ବକ୍ଷଦେଶ, ଗ୍ରୀବା ଓ ମସ୍ତକ—ସର୍ବଦା ଏକ ସରଳରେଖାରେ ରଖିବାକୁ ହେବ । ଦେଖିବ, ଅତି ଅଳ୍ପ ଅଭ୍ୟାସରେ ଏହା ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ପରି ସହଜ ହୋଇଯିବ । ତା'ପରେ ସ୍ନାୟୁଗୁଡ଼ିକୁ ବଶୀଭୂତ କରିବାର ଚେଷ୍ଟା କରିବାକୁ ହେବ । ପୂର୍ବରୁ କହିଅଛି, ଯେଉଁ ସ୍ନାୟୁକେନ୍ଦ୍ର ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ଯନ୍ତ୍ରର କାର୍ଯ୍ୟ ନିୟମିତ କରେ, ସ୍ନାୟୁମଣ୍ଡଳୀ ଉପରେ ମଧ୍ୟ ତାହାର କିଛି ପ୍ରଭାବ ଅଛି । ଅତଏବ ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ତାଳେ ତାଳେ (Rhythmical) ହେବା ଆବଶ୍ୟକ । ଆମେ ସାଧାରଣତଃ ଯେଉଁ ଭାବରେ ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ଗ୍ରହଣ କରୁ, ତାହା ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ ନାମର ଯୋଗ୍ୟ ନୁହେଁ; କାରଣ ତାହା ଅତି ଅନିୟମିତ । ପୁନଶ୍ଚ ସ୍ତ୍ରୀ ଓ ପୁରୁଷଙ୍କର ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସରେ ସାମାନ୍ୟ ପ୍ରଭେଦ ଦେଖାଯାଏ ।

ପ୍ରାଣାୟାମ ସାଧନରେ ପ୍ରଥମ କ୍ରିୟା ହେଉଛି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପରିମାଣରେ ଶ୍ୱାସ ଗ୍ରହଣ କରି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପରିମାଣରେ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ତ୍ୟାଗ କରିବା । ଏହା କରିବାଦ୍ୱାରା ଦେହ-ଯନ୍ତ୍ର ମଧ୍ୟରେ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ସ୍ଥାପିତ ହେବ । କିଛିଦିନ ଅଭ୍ୟାସ ପରେ ଏହି ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ ସହିତ 'ଓଁ କାର' ଅଥବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପବିତ୍ର ଶବ୍ଦ ମନେ ମନେ ଉଚ୍ଚାରଣ କରିବା ଭଲ । ପ୍ରାଣାୟମ ସମୟରେ ଏକ, ଦୁଇ, ତିନି, ଚାରି—ଏପରି ସଂଖ୍ୟା ଗଣନା ନ କରି ଭାରତରେ ଆମେ

କେତେଗୁଡ଼ିଏ ସାଙ୍କେତିକ ଶବ୍ଦ (ବୀଜମନ୍ତ୍ର) ବ୍ୟବହାର କରିଥାଉ । ଏଥିପାଇଁ ମୁଁ ପ୍ରାଣାୟାମ ସମୟରେ 'ଓଁ' ଅଥବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପବିତ୍ର ଶବ୍ଦ ବ୍ୟବହାର କରିବା ପାଇଁ କହୁଅଛି । ଚିନ୍ତା କରିବ, ଯେପରିକି ତାହା ଶ୍ୱାସ ସହିତ ବାହାରକୁ ଯାଉଅଛି ଓ ଭିତରକୁ ଆସୁଅଛି; ଏପରି କଲେ ଦେଖିବ, ଯେପରିକି ସମଗ୍ର ଶରୀର ଛନ୍ଦର ତାଳେ ତାଳେ ଚାଳିତ ହେଉଅଛି । ସେତେବେଳେ ବୁଝିବ, ପ୍ରକୃତ ବିଶ୍ରାମ କଅଣ । ଏହା ତୁଳନାରେ ନିଦ୍ରା ମଧ୍ୟ ବିଶ୍ରାମ ନୁହେଁ । ଏହି ଅବସ୍ଥା ଆସିଲେ ଅତି ଶ୍ରାନ୍ତ ସ୍ନାୟୁଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଶାନ୍ତ ହେବେ । ସେତେବେଳେ ତୁମେ ବୁଝିବ, ପ୍ରକୃତ ବିଶ୍ରାମର ଅର୍ଥ କ'ଣ ।

ଏହି ସାଧନାରେ ପ୍ରଥମ ଫଳ ହେଉଛି ମୁଖର ପରିବର୍ତ୍ତନ, ମୁଖର ଶୁଷ୍କ ବା କଠୋର ରେଖାଗୁଡ଼ିକ ଅନ୍ତର୍ହିତ ହୋଇଯିବ । ମନର ଶାନ୍ତି ମୁଖରେ ପରିସ୍ଫୁଟ ହେବ । ତାପରେ କଣ୍ଠସ୍ୱର ଅତି ମଧୁର ହେବ । ମୁଁ ଏପରି କୌଣସି ଯୋଗୀଙ୍କୁ ଦେଖି ନାହିଁ, ଯାହାଙ୍କ ସ୍ୱର କର୍କଶ । କେତେ ମାସ ଧରି ସାଧନା କଲେ ଏହି ସକଳ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଦେବ । ପ୍ରଥମ (ପୂର୍ବୋକ୍ତ ପ୍ରକାରର) ପ୍ରାଣାୟାମ କିଛିଦିନ ଅଭ୍ୟାସ କରି ଉଚ୍ଚତର ପ୍ରାଣାୟାମର ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ସାଧନ ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ହେବ । ତାହା ଏହି ପ୍ରକାର–ଇଡ଼ା ଅର୍ଥାତ୍ ବାମ ନାସାଦ୍ୱାରା ଧୀରେ ଧୀରେ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌କୁ ବାୟୁରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ କର ଏବଂ ସ୍ନାୟୁପ୍ରବାହ ଉପରେ ମନ ସଂଯମ କର; ଭାବ, ତୁମେ ଯେପରି ସ୍ନାୟୁପ୍ରବାହକୁ ମେରୁଦଣ୍ଡର ନିମ୍ନଦେଶକୁ ପ୍ରେରଣ କରି କୁଣ୍ଡଳନୀ ଶକ୍ତିର ଆଧାର ତ୍ରିକୋଣାକୃତ ପଦ୍ମ ଉପରେ ତୀବ୍ର ଆଘାତ କରୁଅଛ । ତା'ପରେ ଏହି ସ୍ନାୟୁ ପ୍ରବାହକୁ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ଏହି ସ୍ଥାନରେ ଧାରଣ କରି ରଖ । ତା'ପରେ କଳ୍ପନା କର ଯେ, ସେହି ସ୍ନାୟୁପ୍ରବାହକୁ ଶ୍ୱାସ ସହିତ ପିଙ୍ଗଳା ପଥରେ ଉପରକୁ ଟାଣି ନେଉଛ । ପରେ ଦକ୍ଷିଣ ନାସା ଦେଇ ବାୟୁ ଧୀରେ ଧୀରେ ବାହାରକୁ ନିକ୍ଷେପ କର । ଏହା ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ତୁମ ପକ୍ଷରେ ଟିକିଏ କଠିନ ବୋଧ ହେବ । ସହଜ ଉପାୟ ହେଉଛି, ପ୍ରଥମେ ଅଙ୍ଗୁଷ୍ଠଦ୍ୱାରା ଦକ୍ଷିଣ ନାସା ବନ୍ଦ କରି ବାମ ନାସା ଦେଇ ଧୀରେ ଧୀରେ ବାୟୁ ପୂରଣ କର । ତାପରେ ଅଙ୍ଗୁଷ୍ଠ ଓ ତର୍ଜନୀଦ୍ୱାରା ଉଭୟ ନାସା ବନ୍ଦ କର ଓ ଚିନ୍ତା କର, ଯେପରିକି ତୁମେ ସ୍ନାୟୁପ୍ରବାହ ନିମ୍ନଦେଶକୁ ପ୍ରେରଣ କରି ସୁଷୁମ୍ନାର ମୂଳଦେଶରେ ଆଘାତ କରୁଅଛ, ତାପରେ ଅଙ୍ଗୁଷ୍ଠ ଉଠାଇ ନେଇ ଦକ୍ଷିଣ ନାସାଦ୍ୱାରା ବାୟୁ ରେଚନ କର । ତାପରେ ବାମ ନାସା ତର୍ଜନୀଦ୍ୱାରା ବନ୍ଦ ରଖି ଦକ୍ଷିଣ ନାସାଦ୍ୱାରା ଧୀରେ ଧୀରେ ପୂରଣ କର ଓ ପୁନରାୟ ପୂର୍ବ ଭଳି ଉଭୟ ନାସାରନ୍ଧ୍ରକୁ ବନ୍ଦ କର । ହିନ୍ଦୁମାନଙ୍କ ଭଳି ପ୍ରାଣାୟାମ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଏ ଦେଶ (ଆମେରିକା) ପକ୍ଷରେ କଠିନ ହେବ; କାରଣ ହିନ୍ଦୁମାନେ ବାଲ୍ୟକାଳରୁ ଏହା ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ ଏଥିରେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ । ତେଣୁ ତୁମ ପକ୍ଷରେ ଚାରି ସେକେଣ୍ଡରୁ ଆରମ୍ଭ କରି କ୍ରମଶଃ ବୃଦ୍ଧି କଲେ ଭଲ ହେବ । ଚାରି ସେକେଣ୍ଡ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବାୟୁ ପୂରଣ କର, ଷୋହଳ ସେକେଣ୍ଡ ବନ୍ଦ କର, ପରେ ଆଠ ସେକେଣ୍ଡ ଧରି ବାୟୁ ରେଚନ କର । ଏଥିରେ ଗୋଟିଏ ପ୍ରାଣାୟାମ ହେବ । ମୂଳାଧାରସ୍ଥ ତ୍ରିକୋଣାକାର ପଦ୍ମର ଚିନ୍ତା କରି ଏହି କେନ୍ଦ୍ରରେ ମନ ସ୍ଥିର କରିବ । ଏପରି କଳ୍ପନାଦ୍ୱାରା ସାଧନା ଅନେକ ସହଜ ହେବ ।

ପରବର୍ତ୍ତୀ (ତୃତୀୟ) ପ୍ରାଣାୟାମ ଏହିପରି—ଧୀରେ ଧୀରେ ଭିତରକୁ ଶ୍ୱାସ ଗ୍ରହଣ କର, ପରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ବାୟୁ ରେଚନ କରି କିଛିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ଶ୍ୱାସ ରୁଦ୍ଧ କରି ରଖ । ସଂଖ୍ୟା ପୂର୍ବ ପ୍ରାଣାୟାମ ପରି ରହିବ । ପୂର୍ବ ପ୍ରାଣାୟାମ ସହିତ ଏହାର ପ୍ରଭେଦ ଏତିକି

ଯେ, ପୂର୍ବ ପ୍ରାଣାୟାମରେ ଶ୍ୱାସ ଭିତର ଦିଗରୁ ରୁଦ୍ଧ କରିବାକୁ ହୁଏ, ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ତାହାକୁ ବାହାରେ ରୁଦ୍ଧ କରାହେଲା । ଏହି ଶେଷୋକ୍ତ ପ୍ରାଣାୟାମ ପୂର୍ବାପେକ୍ଷା ସହଜ । ଯେଉଁ ପ୍ରାଣାୟାମରେ ଶ୍ୱାସ ଭିତରେ ରୁଦ୍ଧ କରିବାକୁ ପଡ଼େ, ତାହା ଅତିରିକ୍ତ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଭଲ ନୁହେଁ । ତାହା ସକାଳେ ଚାରି ଥର ଓ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଚାରି ଥର ଅଭ୍ୟାସ କର । ପରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ସମୟ ଓ ସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି କରିପାର । କ୍ରମଶଃ ଦେଖିବ, ତୁମେ ଅତି ସହଜରେ ତାହା କରିପାରୁଛ ଓ ଏଥିରେ ଆନନ୍ଦ ପାଉଛ । ଅତଏବ ଯେତେବେଳେ ଦେଖିବ ସହଜ ଭାବରେ ଏହା କରିପାରୁଛ, ସେତେବେଳେ ତୁମେ ସାବଧାନରେ ସଂଖ୍ୟାକୁ ଚାରିରୁ ଛଅ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବୃଦ୍ଧି କରିପାର । ଅନିୟମିତ ଭାବରେ ସାଧନ କଲେ ତୁମର ଅନିଷ୍ଟ ହୋଇପାରେ ।

ନାଡ଼ୀଶୁଦ୍ଧି ପାଇଁ ବର୍ଣ୍ଣିତ ତିନୋଟି ପ୍ରକ୍ରିୟା ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରଥମୋକ୍ତ ଓ ଶେଷୋକ୍ତ କ୍ରିୟା ଦୁଇଟି କଠିନ ନୁହେଁ ଏବଂ ସେଥିରେ କୌଣସି ବିପଦର ମଧ୍ୟ ଆଶଙ୍କା ନାହିଁ । ପ୍ରଥମ କ୍ରିୟାଟି ଯେତେ ଅଭ୍ୟାସ କରିବ, ସେତେ ତୁମର ମନ ଶାନ୍ତ ହେବ । ତାହା ସହିତ 'ଓଁ କାର' ଯୋଗ କରି ଅଭ୍ୟାସ କର, ଦେଖିବ, ଯେତେବେଳେ ତୁମେ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟରେ ନିଯୁକ୍ତ ଅଛ, ସେତେବେଳେ ମଧ୍ୟ ତୁମେ ଏହା ଅଭ୍ୟାସ କରିପାରୁଛ । ଏହି କ୍ରିୟା ତୁମକୁ ସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ । ଏହିପରି କରୁ କରୁ ଦିନେ ତୀବ୍ରସାଧନ ଫଳରେ ତୁମର କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଜାଗ୍ରତ ହେବ । ଯେଉଁମାନେ ଦିନରେ ଥରେ ବା ଦୁଇ ଥର ଅଭ୍ୟାସ କରିବେ, ସେମାନଙ୍କର ଦେହ ଓ ମନ କିଞ୍ଚିତ୍ ସ୍ଥିର ଓ ସୁସ୍ଥ ହେବ, କଣ୍ଠସ୍ୱର ମଧୁର ହେବ । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁମାନେ ତୀବ୍ର ସାଧନାରେ ଅଗ୍ରସର ହେବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବେ, ସେମାନଙ୍କର କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଜାଗ୍ରତ ହେବ; ସେମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ସମଗ୍ର ପ୍ରକୃତି ଏକ ନୂତନ ରୂପ ଧାରଣ କରିବ, ସେମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ଜ୍ଞାନର ଦ୍ୱାର ଉଦ୍‌ଘାଟିତ ହେବ । ସେତେବେଳେ ଆଉ ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଜ୍ଞାନ ଅନ୍ୱେଷଣ କରିବାକୁ ହେବ ନାହିଁ; ମନ ତୁମ ନିକଟରେ ଅନନ୍ତ-ଜ୍ଞାନ-ବିଶିଷ୍ଟ ପୁସ୍ତକର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ । ମୁଁ ପୂର୍ବରୁ ମେରୁଦଣ୍ଡର ଉଭୟ ଦିଗରେ ପ୍ରବାହିତ ଇଡ଼ା ଓ ପିଙ୍ଗଳା ନାମକ ଦୁଇଟି ଶକ୍ତିପ୍ରବାହର କଥା ଉଲ୍ଲେଖ କରିଅଛି । ମେରୁମଜ୍ଜା ମଧ୍ୟସ୍ଥ ସୁଷୁମ୍ନାର କଥା ମଧ୍ୟ ପୂର୍ବରୁ କୁହାଯାଇଅଛି । ଏହି ଇଡ଼ା, ପିଙ୍ଗଳା ଓ ସୁଷୁମ୍ନା ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାଣୀ ଶରୀରରେ ବିରାଜିତ । ମେରୁଦଣ୍ଡବିଶିଷ୍ଟ ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଏହି ତିନି ପ୍ରକାର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ କ୍ରିୟାର ପ୍ରଣାଳୀ ଅଛି । ତେବେ ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ସାଧାରଣ ମନୁଷ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ସୁଷୁମ୍ନା ବନ୍ଦ ଥାଏ, ଏଥିରେ କୌଣସି ପ୍ରକାର କ୍ରିୟାର ଅନୁଭବ ହୁଏ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଇଡ଼ା ଓ ପିଙ୍ଗଳା ନାଡ଼ୀଦ୍ୱୟ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶକୁ ଶକ୍ତି ବହନ କରିଥାଆନ୍ତି ।

କେବଳ ଯୋଗୀର ହିଁ ଏହି ସୁଷୁମ୍ନା ଉନ୍ମୁକ୍ତ ଥାଏ । ସୁଷୁମ୍ନାଦ୍ୱାରା ଦେଇ ସ୍ନାୟୁପ୍ରବାହ ଯେତେବେଳେ ଉପରକୁ ଉଠୁଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଚିତ୍ତ ମଧ୍ୟ ଉଚ୍ଚତର ଭୂମିକୁ ଉଠୁଥାଏ । ସେତେବେଳେ ଆମେ ଅତୀନ୍ଦ୍ରିୟ ରାଜ୍ୟକୁ ଚାଲିଯାଉ । ଆମମାନଙ୍କର ମନ ସେତେବେଳେ ଅତୀନ୍ଦ୍ରିୟ, ଅତିଚେତନ ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରେ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ବୁଦ୍ଧିର ଅତୀତ ରାଜ୍ୟକୁ ଚାଲିଯାଉ, ଯେଉଁଠି ଯୁକ୍ତିତର୍କର ସ୍ଥାନ ନାହିଁ । ଏହି ସୁଷୁମ୍ନାକୁ ଉନ୍ମୁକ୍ତ କରିବା ହିଁ ହେଲା ଯୋଗୀର ଏକମାତ୍ର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ପୂର୍ବେ ଯେଉଁ ସକଳ ଶକ୍ତିବହନକେନ୍ଦ୍ରର କଥା ଉଲ୍ଲିଖିତ ହୋଇଅଛି, ଯୋଗୀଗଣଙ୍କ ମତରେ ସେଗୁଡ଼ିକ ସୁଷୁମ୍ନା ମଧ୍ୟରେ ହିଁ ଅବସ୍ଥିତ । ରୂପକଭାଷାରେ

ସେଗୁଡ଼ିକୁ ହିଁ ପଦ୍ମ କହନ୍ତି । ସୁଷୁମ୍ନାର ସର୍ବନିମ୍ନରେ ଅବସ୍ଥିତ ପ୍ରଥମ ପଦ୍ମଟିର ନାମ (୧ମ) ମୂଳାଧାର, ତା' ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ (୨ୟ) ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନ, (୩ୟ) ମଣିପୁର, (୪ର୍ଥ) ଅନାହତ, (୫ମ) ବିଶୁଦ୍ଧ, (୬ଷ୍ଠ) ଆଜ୍ଞା, ସର୍ବଶେଷରେ (୭ମ) ମସ୍ତିଷ୍କସ୍ଥ ସହସ୍ରାର ବା ସହସ୍ରଦଳ ପଦ୍ମ ।

ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଆପାତତଃ ଆମର ଦୁଇଟି କେନ୍ଦ୍ରର (ଚକ୍ରର) କଥା ଜାଣିବା ଆବଶ୍ୟକ—ସର୍ବନିମ୍ନରେ ମୂଳାଧାର ଓ ସର୍ବୋଚ୍ଚ କେନ୍ଦ୍ରରେ ଅବସ୍ଥିତ ସହସ୍ରାର କଥା । ସର୍ବନିମ୍ନ ଚକ୍ରରେ ସମଗ୍ର ଶକ୍ତି ଅବସ୍ଥିତ, ଆଉ ସେହି ସ୍ଥାନରୁ ତାହାକୁ ମସ୍ତିଷ୍କର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଚକ୍ରକୁ ନେଇଯିବାକୁ ହେବ । ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ମନୁଷ୍ୟ ଦେହରେ ଯେତେ ଶକ୍ତି ଅଛି, ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ମହତ୍ତମ ଶକ୍ତି ଓଜଃ । ଏହି ଓଜଃ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ସଞ୍ଚିତ ଥାଏ । ଯାହାର ମସ୍ତକରେ ଯେଉଁ ପରିମାଣରେ ଓଜଃଧାତୁ ସଞ୍ଚିତ ଥାଏ, ସେ ସେହି ପରିମାଣରେ ବୁଦ୍ଧିମାନ୍ ଓ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶକ୍ତିରେ ଶକ୍ତିମାନ୍ ହୁଏ । ଜଣେ ବକ୍ତା ଅତି ସୁନ୍ଦର ଭାବ ବ୍ୟକ୍ତ କରୁଅଛି; କିନ୍ତୁ ଲୋକେ ଆକୃଷ୍ଟ ହେଉ ନାହାନ୍ତି; ପୁନଶ୍ଚ ଅପର ବ୍ୟକ୍ତି ଜଣକ ଯେ ଅତି ସୁନ୍ଦର ଭାଷାରେ କହୁଛି ତାହା ନୁହେଁ, ତଥାପି ତା' କଥାରେ ଲୋକେ ମୁଗ୍ଧ ହେଉଛନ୍ତି । ଓଜଃଶକ୍ତି ଶରୀରରୁ ବହିର୍ଗତ ହୋଇ ଏହି ଅଦ୍ଭୁତ କାର୍ଯ୍ୟ ସାଧନ କରେ । ଏହି ଓଜଃଶକ୍ତିସମ୍ପନ୍ନ ପୁରୁଷ ଯେକୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତି, ସେଥିରେ ମହାଶକ୍ତିର ବିକାଶ ଦେଖାଯାଏ । ଏହା ହିଁ ଓଜଃଧାତୁର ଶକ୍ତି ।

ସକଳ ମନୁଷ୍ୟଙ୍କ ଭିତରେ ଅଳ୍ପାଧିକ ପରିମାଣରେ ଏହି ଓଜଃ ଅଛି; ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ଯେତେଗୁଡ଼ିଏ ଶକ୍ତି କ୍ରିୟା କରୁଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ଉଚ୍ଚତମ ବିକାଶ ଏହି ଓଜଃ । ଏହା ଆମମାନଙ୍କର ସର୍ବଦା ମନେରଖିବା ଉଚିତ ଯେ, କେବଳ ଶକ୍ତି ହିଁ ଅନ୍ୟ ଏକ ଶକ୍ତିରେ ପରିଣତ ହୋଇପାରେ । ବହିର୍ଜଗତରେ ଯେଉଁ ଶକ୍ତି ତଡ଼ିତ୍ ବା ଚୁମ୍ବକ ଶକ୍ତିରୂପେ ପ୍ରକାଶିତ ହେଉଅଛି, ତାହା କ୍ରମଶଃ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ଶକ୍ତିରୂପେ ପରିଣତ ହେବ, ମାଂସପେଶୀର ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଓଜଃରୂପେ ପରିଣତ ହେବେ । ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ମନୁଷ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ଶକ୍ତି କାମ-କ୍ରିୟା, କାମ-ଚିନ୍ତା ଇତ୍ୟାଦି ରୂପରେ ପ୍ରକାଶିତ ହେଉଅଛି, ତାହା ସଂଯତ ହେଲେ ସହଜରେ ଓଜଃ ଶକ୍ତିରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ଆଉ ଆମ ଶରୀରସ୍ଥ ନିମ୍ନତମ କେନ୍ଦ୍ରଟି ଏହି ଶକ୍ତିର ନିୟାମକ ବୋଲି ଯୋଗୀମାନେ ଏହା ପ୍ରତି ବିଶେଷ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖନ୍ତି । ଯୋଗୀମାନେ ସମଗ୍ର କାମ-ଶକ୍ତିକୁ ଓଜଃଧାତୁରେ ପରିଣତ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ପବିତ୍ର, କାମଜୟୀ ନରନାରୀମାନେ କେବଳ ଏହି ଓଜଃଧାତୁକୁ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ସଞ୍ଚିତ କରିବା ପାଇଁ ସମର୍ଥ ହୁଅନ୍ତି । ଅତଏବ ସର୍ବତ୍ର ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଧର୍ମରୂପେ ପରିଗଣିତ ହୋଇଅଛି । ମନୁଷ୍ୟ ସହଜରେ ବୁଝିପାରେ ଯେ, ଅପବିତ୍ର ହେଲେ ଏବଂ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟର ଅଭାବରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଭାବ, ଚରିତ୍ର-ବଳ ଓ ମାନସିକ ତେଜ—ସବୁ କିଛି ଅନ୍ତର୍ହିତ ହୁଏ । ତେଣୁ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବ, ଜଗତରେ ଯେଉଁସବୁ ସଂପ୍ରଦାୟରେ ଉଚ୍ଚକୋଟିର ନେତାମାନେ ଜନ୍ମିଛନ୍ତି, ସେହି ସଂପ୍ରଦାୟଗୁଡ଼ିକ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଉପରେ ବିଶେଷ ଜୋର୍ ଦେଇଛନ୍ତି । ଏହି କାରଣରୁ ବିବାହତ୍ୟାଗୀ ସନ୍ନ୍ୟାସୀମାନଙ୍କ ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଅଛି । କାୟମନୋବାକ୍ୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ କରିବା ଅବଶ୍ୟ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ବ୍ୟତୀତ ରାଜଯୋଗ ସାଧନ ଅତି ବିପଦଜନକ, ଶେଷରେ ମସ୍ତିଷ୍କ-ବିକାର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ହୋଇପାରେ । ଯଦି କେହି ରାଜଯୋଗ ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ଚାହେଁ ଅଥଚ ଅପବିତ୍ର ଜୀବନଯାପନ କରେ, ସେ କିପରି ଯୋଗୀ ହୋଇପାରିବ ?

ଷଷ୍ଠ ଅଧ୍ୟାୟ

ପ୍ରତ୍ୟାହାର ଓ ଧାରଣା

ସାଧନାର ପରବର୍ତ୍ତୀ ସୋପାନ 'ପ୍ରତ୍ୟାହାର' । ପ୍ରତ୍ୟାହାର କଅଣ ? ତୁମେମାନେ ଜାଣ, କିପରି ଭାବରେ ବିଷୟାନୁଭୂତ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରଥମେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟର ବାହ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ଓ ପରେ ଭିତରର ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ—ଏମାନେ ମସ୍ତିଷ୍କସ୍ଥ ସ୍ନାୟୁକେନ୍ଦ୍ରଗୁଡ଼ିକ ମାଧ୍ୟମରେ ଶରୀର ଉପରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ଏମାନେ ମନ ସହିତ ଏକତ୍ର ହୋଇ କୌଣସି ବହିର୍ବସ୍ତୁ ସହିତ ସଂଲଗ୍ନ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ଆମେ ସେହି ବସ୍ତୁ ଅନୁଭବ କରିଥାଉ । ପୁନଶ୍ଚ ମନକୁ ଏକାଗ୍ର କରି କେବଳ ଗୋଟିଏ ଇନ୍ଦ୍ରିୟରେ ସଂଯୁକ୍ତ ରଖିବା ଅତି କଠିନ; କାରଣ ମନ (ବିଷୟର) ଦାସ ।

ଆମେ ସର୍ବତ୍ର ଦେଖିବାକୁ ପାଉ, ସମସ୍ତେ ଏହି ଶିକ୍ଷା ଦେଉଛନ୍ତି : 'ସତ୍ ହୁଅ, ଭଲ ହୁଅ ।' ବୋଧହୁଏ, କୌଣସି ଦେଶରେ ଏପରି କୌଣସି ବାଳକ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରି ନାହିଁ, ଯାହାକୁ କୁହାହୋଇ ନାହିଁ, 'ମିଥ୍ୟା କହ ନାହିଁ, ଚୋରି କର ନାହିଁ' ଇତ୍ୟାଦି । କିନ୍ତୁ କେହି ତାହାକୁ ଏସବୁ କାର୍ଯ୍ୟରୁ ନିବୃତ୍ତ ହେବାର ଉପାୟ ଶିକ୍ଷା ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ । କାହିଁକି ସେ ଚୋର ନ ହେବ ? ଆମେ ତ ତାହାକୁ ଚୌର୍ଯ୍ୟ କର୍ମରୁ ନିବୃତ୍ତ ହେବାର ଉପାୟ ଶିକ୍ଷା ଦେଇନାହୁଁ । ଅତଏବ ମନକୁ ସଂଯତ କରିବାର ଉପାୟ ଶିକ୍ଷା ଦେଲେ ଯାଇ ତାହାକୁ ଯଥାର୍ଥ ସାହାଯ୍ୟ କରାଯାଏ । ଯେତେବେଳେ ମନ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ବାହ୍ୟ ଓ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ଯାବତୀୟ କର୍ମ ସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଇଚ୍ଛାରେ ହେଉ ବା ଅନିଚ୍ଛାରେ ହେଉ, ମନୁଷ୍ୟର ମନ ଏହି କେନ୍ଦ୍ରଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ ହେବା ପାଇଁ ବାଧ୍ୟ ହୁଏ । ଏଥିପାଇଁ ମନୁଷ୍ୟ ନାନା ପ୍ରକାର ଦୁଷ୍କର୍ମ କରେ ଏବଂ ଦୁଃଖ ପାଏ । ମନ ଯଦି ନିଜ ଆୟତ୍ତରେ ଥାଆନ୍ତା, ତେବେ ମନୁଷ୍ୟ କେବେହେଲେ ଏପରି କର୍ମ କରନ୍ତା ନାହିଁ । ମନ ସଂଯତ ହେଲେ କଅଣ ଲାଭ ହୁଅନ୍ତା ? ତା'ହେଲେ ମନ ଆଉ ନିଜକୁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ କରନ୍ତା ନାହିଁ; ଫଳରେ ଅନୁଭବ ଓ ଇଚ୍ଛା ଆମର ଆୟତ୍ତାଧୀନ ହୁଅନ୍ତା । ଏହା ଆମେ ପରିଷ୍କାର ବୁଝିଲୁ; କିନ୍ତୁ ଏହା କାର୍ଯ୍ୟରେ ପରିଣତ କରିବା କଅଣ ସମ୍ଭବ ? ହଁ, ସମ୍ଭବ । ତୁମେମାନେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଦେଖିବାକୁ ପାଉଅଛ ଯେ ବିଶ୍ୱାସ ବଳରେ ଆରୋଗ୍ୟକାରୀମାନେ ରୋଗୀକୁ ଦୁଃଖ, କଷ୍ଟ, ଅଶୁଭ ପ୍ରଭୃତି ଅସ୍ୱୀକାର କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷା ଦିଅନ୍ତି । ସେମାନେ ସ୍ୱୀକାର ନ କଲେ ସୁଦ୍ଧା ଏହା ଏକପ୍ରକାରର ଯୋଗ; ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ସେମାନେ ତାହା ଆବିଷ୍କାର କରିପକାଇଛନ୍ତି । ସେମାନେ ଯେତେବେଳେ ଦୁଃଖ-କଷ୍ଟର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ଅସ୍ୱୀକାର କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷା ଦେଇ ଲୋକଙ୍କ ଦୁଃଖ ଦୂର କରିଥାଆନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ଯେ ଏହିସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସେମାନେ ପ୍ରକୃତପକ୍ଷେ ପ୍ରତ୍ୟାହାରର ଶିକ୍ଷା ଦେଇଛନ୍ତି । କାରଣ ସେମାନେ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମନକୁ ଏତେଦୂର ସବଳ କରିଦିଅନ୍ତି ଯେ, ସେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକୁ

ସହଜରେ ଉପେକ୍ଷା କରିପାରନ୍ତି । ସମ୍ମୋହନକାରୀ ବ୍ୟକ୍ତି (hypnotists) ମଧ୍ୟ ପ୍ରାୟ ଏହି ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରି ଇଙ୍ଗିତ ବଳରେ (suggestion) ସାମୟିକଭାବେ ରୋଗୀର ମନରେ ଏକପ୍ରକାର ଅସ୍ୱାଭାବିକ ପ୍ରତ୍ୟାହାରର ଭାବ ଆନୟନ କରନ୍ତି । ତଥାକଥିତ ବଶୀକରଣ ଇଙ୍ଗିତ କେବଳ ଦୁର୍ବଳ ମନ ଉପରେ ହିଁ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିଥାଏ । ବଶୀକରଣକାରୀ ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସ୍ଥିରଦୃଷ୍ଟି ଅଥବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଉପାୟରେ ବଶ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିର ମନ ନିଷ୍କ୍ରିୟ ବା ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଅବସ୍ଥାକୁ ନେଇଯାଇ ନ ପାରେ, ସେତେବେଳଯାଏ ତାହାର ଇଙ୍ଗିତ ବା ଆଦେଶରେ କୌଣସି ଫଳ ହୁଏ ନାହିଁ ।

ସମ୍ମୋହନକାରୀମାନେ ଅଥବା ବିଶ୍ୱାସବଳରେ ଆରୋଗ୍ୟକାରୀଗଣ ଯେଉଁ ଅଳ୍ପ ସମୟ ପାଇଁ ବଶ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ବଶୀଭୂତ କରିଥାନ୍ତି, ତାହା ଅତିଶୟ ନିନ୍ଦନୀୟ କର୍ମ । କାରଣ ତାହା ଏହି ସମ୍ମୋହିତ ବ୍ୟକ୍ତିର ସର୍ବନାଶ କରିଥାଏ । ଏଥିରେ ଅନ୍ୟର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ଆଘାତରେ ସମ୍ମୋହିତ ବ୍ୟକ୍ତିର ମନକୁ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ହତବୁଦ୍ଧି କରିଦିଆଯାଏ । ଏହା ଲଗାମ ଓ ପେଶୀଶକ୍ତି ସାହାଯ୍ୟରେ ଉଚ୍ଛୃଙ୍ଖଳ ଅଶ୍ୱଗଣଙ୍କର ଉନ୍ମତ୍ତ ଗତିକୁ ସଂଯତ କରିବା ସଦୃଶ ନୁହେଁ; ବରଂ ଏହା ସେହି ଅଶ୍ୱଗଣଙ୍କ ଉପରେ ତୀବ୍ର ଆଘାତ କରିବାକୁ କହି ସେମାନଙ୍କୁ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ସ୍ତମ୍ଭିତ କରି ରଖିବା ଭଳି ଅଟେ । ଏହି ସକଳ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଫଳରେ ବଶ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ତା'ମନର ଶକ୍ତିକୁ କ୍ରମଶଃ ହରାଉଥାଏ ଏବଂ ପରିଶେଷରେ ମନକୁ ନିଜ ଆୟତ୍ତରେ ଆଣିବା ଦୂରେ ଥାଉ, କ୍ରମଶଃ ସେ ଏକପ୍ରକାର ଶକ୍ତିହୀନ କିମ୍ଭୂତକିମାକାର ଜଡ଼ପିଣ୍ଡରେ ପରିଣତ ହୁଏ ଏବଂ ପାଗଳଖାନା ହିଁ ହୁଏ ତାର ଶେଷ ଗନ୍ତବ୍ୟ ସ୍ଥଳ ।

ସ୍ୱେଚ୍ଛାକୃତ ଚେଷ୍ଟା ପରିବର୍ତ୍ତେ ମନକୁ ଅନ୍ୟ ଉପାୟରେ ବଶକୁ ଆଣିବା ଯେ କେବଳ ଅନିଷ୍ଟକର ତାହା ନୁହେଁ; ବରଂ ଏଥିରେ ତାହାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ମଧ୍ୟ ସିଦ୍ଧ ହୁଏ ନାହିଁ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜୀବାତ୍ମାର ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟ ମୁକ୍ତି ବା ପ୍ରଭୁତ୍ୱ–ଜଡ଼ବସ୍ତୁ ଓ ଚିନ୍ତାର ଦାସତ୍ୱରୁ ମୁକ୍ତି, ବାହ୍ୟ ଓ ଅନ୍ତଃ ପ୍ରକୃତି ଉପରେ ପ୍ରଭୁତ୍ୱ; ଅଥଚ ସେହି ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ପହଞ୍ଚିବା ଦୂରେ ଥାଉ—ଅପର ବ୍ୟକ୍ତିର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି, ତାହା ଯେଉଁ ଭାବରେ ପ୍ରଯୁକ୍ତ ହେଉନା କାହିଁକି—ସାକ୍ଷାତ୍‌ଭାବେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକୁ ବଶୀଭୂତ କରିହେଉ ବା କୌଣସି ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକୁ ସଂଯତ କରିହେଉ— ପୂର୍ବରୁ ବିଦ୍ୟମାନ ଚିନ୍ତା ଓ କୁସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକର ଦୃଢ଼ ଶୃଙ୍ଖଳ ଉପରେ ଯେପରି ଆଉ ଗୋଟିଏ ଶିକୁଳି ଲଗାଇଦିଏ । ଅତଏବ ଯେତେବେଳେ ଅନ୍ୟକୁ ତୁମ ଉପରେ ଯଥେଚ୍ଛା ଶକ୍ତି ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ଦିଅ, ସେତେବଳେ ଖୁବ୍ ସାବଧାନ ରହ ଏବଂ ସାବଧାନ ରହ ଯେତେବେଳେ ଅନ୍ୟ ଉପରେ ଏହିପରି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ପ୍ରୟୋଗ କରି ଯେପରି ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ତାର ସର୍ବନାଶ ନ କର । ଏହା ସତ୍ୟ ଯେ, କେହି କେହି ଅନେକଙ୍କର ମନୋବୃତ୍ତିର ସାମୟିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରି ସେମାନଙ୍କର କଲ୍ୟାଣସାଧନରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ପୁନଶ୍ଚ ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ଏହି ଇଙ୍ଗିତ (suggestion) ଶକ୍ତି ପ୍ରୟୋଗ କରି ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ନରନାରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବିକୃତ, ନିଷ୍କ୍ରିୟ ଓ ମୋହାଚ୍ଛନ୍ନ ଭାବ ଜାଗ୍ରତ କରିଦିଅନ୍ତି । ପରିଣାମରେ ସେମାନେ ଆତ୍ମାର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମଧ୍ୟ ବିସ୍ମୃତ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ଅତଏବ, ଯଦି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି କାହାକୁ ଅନ୍ଧ ଭାବରେ ତାହାକୁ ବିଶ୍ୱାସ କରିବାକୁ କହେ, ଅଥବା ନିଜର ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଇଚ୍ଛାଦ୍ୱାରା ବହୁ ଲୋକଙ୍କୁ ତା' ପଶ୍ଚାଦ୍‌ରେ ଅନୁସରଣ କରିବାକୁ ବାଧ୍ୟ କରେ, ସେ ଅନିଚ୍ଛାସତ୍ତ୍ୱେ ପରିଣାମରେ ମନୁଷ୍ୟଜାତିର ଅନିଷ୍ଟ କରିଥାଏ ।

ଅତଏବ ଶରୀର ଓ ମନ ସଂଯତ କରିବା ପାଇଁ ସର୍ବଦା ନିଜ ମନର ସହାୟତା ଗ୍ରହଣ କରିବ ଏବଂ ସ୍ମରଣ ରଖିବ ଯେ ଜଣେ ରୋଗଗ୍ରସ୍ତ ନ ହେଲେ ବାହାରର କୌଣସି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ତା' ଉପରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଯଦି କେହି ତୁମକୁ ଅନ୍ଧଭାବରେ ବିଶ୍ୱାସ କରିବାକୁ କହେ, ସେ ଯେତେ ମହତ୍ ଲୋକ ହେଉନା କାହିଁକି ତାର ସଙ୍ଗ ପରିହାର କରିବ । ସର୍ବତ୍ର ଏପରି ବହୁ ସଂପ୍ରଦାୟ ଅଛନ୍ତି ଯେଉଁମାନଙ୍କ ଧର୍ମର ପ୍ରଧାନ ଅଙ୍ଗ ହେଉଛି ନୃତ୍ୟ, ଲମ୍ଫଝମ୍ପ ଇତ୍ୟାଦି । ସେମାନେ ଯେତେବେଳେ ସଂଗୀତ, ନୃତ୍ୟ ଓ ପ୍ରଚାର କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେମାନଙ୍କ ଭାବ ଏକ ସଂକ୍ରାମକ ରୋଗ ପରି ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବିସ୍ତାର ଲାଭ କରେ । ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ଏକପ୍ରକାର ସମ୍ମୋହନକାରୀ । ସେମାନେ ଭାବପ୍ରବଣ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣଙ୍କ ଉପରେ ସାମୟିକ ଭାବରେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ କ୍ଷମତା ବିସ୍ତାର କରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ହାୟ! ପରିଣାମରେ ଏହା ସମଗ୍ର ଜାତିକୁ ଏକାବେଳକେ ଅଧଃପତିତ କରିଦିଏ । ଏହିପରି ଅସ୍ୱାଭାବିକ ବହିଃ-ଶକ୍ତି ବଳରେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ବା ଜାତି ଭଲ ରହିବା ଅପେକ୍ଷା ବରଂ ମନ୍ଦ ରହିବା ଅଧିକତର ସୁସ୍ଥତାର ଲକ୍ଷଣ । ଏହି ସକଳ ଦାୟିତ୍ୱହୀନ ଅଥଚ ସଦୁଦ୍ଦେଶ୍ୟ-ପ୍ରଣୋଦିତ ଧର୍ମୋନ୍ମାଦ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣ ମନୁଷ୍ୟର ଯେ କେତେଦୂର ଅନିଷ୍ଟ କରିଅଛନ୍ତି, ତାହା ଭାବିଲେ ହୃଦୟ ହତାଶ ହୋଇଯାଏ । ସେମାନେ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ ଯେ ଯେଉଁମାନେ ସଙ୍ଗୀତ-ସ୍ତବାଦିର ସାହାଯ୍ୟରେ, ନିଜର ଶକ୍ତି ପ୍ରଭାବରେ ଏହିପରି ହଠାତ୍ ଭଗବଦ୍‌ଭାବରେ ଉନ୍ମତ୍ତ ହୋଇ ଉଠନ୍ତି, ସେମାନେ ନିଜକୁ ନିଷ୍କ୍ରିୟ, ବିକୃତ ଓ ଶକ୍ତିଶୂନ୍ୟ କରି ପକାଉଛନ୍ତି । ସେମାନେ କ୍ରମଶଃ ଯେକୌଣସି ଭାବର, ଏପରିକି ଅସତ୍ ଭାବର ମଧ୍ୟ ଅଧୀନ ହୋଇ ଯାଇ ପାରନ୍ତି । ଏହି ଅଜ୍ଞ, ଆତ୍ମପ୍ରତାରକ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣ ସ୍ୱପ୍ନରେ ମଧ୍ୟ ଭାବନ୍ତି ନାହିଁ ଯେ, ମନୁଷ୍ୟର ହୃଦୟକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାର ଅଦ୍ଭୁତ କ୍ଷମତା ସେମାନଙ୍କର ଅଛି ବୋଲି ଭାବି ସେମାନେ ଯେତେବେଳେ ଆନନ୍ଦରେ ଉତ୍‌ଫୁଲ୍ଲ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେମାନେ ବାସ୍ତବିକ ଲୋକମାନଙ୍କ ମନରେ ମାନସିକ ଅବନତି, ପାପ, ଉନ୍ମତ୍ତତା ଓ ମୃତ୍ୟୁର ବୀଜ ବପନ କରୁଛନ୍ତି; ଅଥଚ ସେମାନେ ମନେକରନ୍ତି ଯେ ଏହି କ୍ଷମତା ସ୍ୱର୍ଗସ୍ଥ କୌଣସି ଦିବ୍ୟ-ପୁରୁଷ ତାଙ୍କ ଉପରେ ବର୍ଷଣ କରୁଛନ୍ତି । ଅତଏବ ଯେଉଁ ଶିକ୍ଷା ତୁମର ସ୍ୱାଧୀନତା ନଷ୍ଟ କରେ, ତାହାଠାରୁ ଦୂରରେ ରହିବ । ଜାଣିବ, ତାହା ବିପଜ୍ଜନକ; ଆପ୍ରାଣ ଚେଷ୍ଟା କରି ସର୍ବତୋଭାବେ ତାହା ପରିତ୍ୟାଗ କରିବ ।

ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ନିଜ ମନକୁ କେନ୍ଦ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ସଂଲଗ୍ନ କରିବା ଅଥବା ସେଗୁଡ଼ିକରୁ ଅପସାରିତ କରିବା ପାଇଁ ସମର୍ଥ ହୋଇଛନ୍ତି, ସେମାନେ ପ୍ରତ୍ୟାହାର-ସିଦ୍ଧ ହୋଇଅଛନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟାହାରର ଅର୍ଥ 'ଏକ ଦିଗକୁ ଆରୋହଣ'—ମନର ବହିର୍ମୁଖୀ ଶକ୍ତିକୁ ରୁଦ୍ଧ କରି, ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣଙ୍କ ଅଧୀନରୁ ତାହାକୁ ମୁକ୍ତ କରି ଭିତର ଦିଗକୁ ଆହରଣ କରିବା । ଏଥିରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେଲେ ଯାଇ ଆମେମାନେ ଯଥାର୍ଥ ଚରିତ୍ରବାନ ହେବୁ; ସେତେବେଳେ ଆମେ ମୁକ୍ତିର ପଥରେ ଅନେକ ଦୂର ଅଗ୍ରସର ହୋଇଛୁ ବୋଲି ବୁଝିବୁ; ନଚେତ୍ ଆମେ ଯନ୍ତ୍ରତୁଲ୍ୟ ଜଡ଼ପଦାର୍ଥ ମାତ୍ର ।

ମନକୁ ସଂଯତ କରିବା କି କଠିନ! ମନକୁ ଯେ ଉନ୍ମତ୍ତ ବାନର ସହିତ ତୁଳନା କରାହୋଇଅଛି ତାହା ଠିକ୍ । ଗୋଟିଏ ବାନର ଥିଲା, ସ୍ୱଭାବତଃ ସେ ଚଞ୍ଚଳ—ଯେପରି ସବୁ ମର୍କଟ ହୋଇଥାଆନ୍ତି । ସତେ କି ଏହି ସ୍ୱାଭାବିକ ଅସ୍ଥିରତା ଯଥେଷ୍ଟ ନ ଥିଲା; ଅଧିକନ୍ତୁ

ଜଣେକ ବ୍ୟକ୍ତି ତାହାକୁ କିଛି ମଦ ପିଆଇ ଦେଲେ ଓ ଫଳରେ ସେ ଆହୁରି ଚଞ୍ଚଳ ହେଲା । ତାପରେ ତାକୁ ଗୋଟାଏ ବୃଶ୍ଚିକ ଦଂଶନ କଲା । ତୁମେମାନେ ଜାଣ, କାହାରିକୁ ବୃଶ୍ଚିକ ଦଂଶନ କଲେ ସେ ସାରାଦିନ କେବଳ ଚାରିଆଡ଼େ ଛଟ୍‌ପଟ୍ କରି ବୁଲେ । ସୁତରାଂ ଏହି ବିଚରାର ଦୁରବସ୍ଥା ଚୂଡ଼ାନ୍ତ ହେଲା । ପରେ ତାହାର ଦୁଃଖର ମାତ୍ରା ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବା ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ଭୂତ ତା'ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କଲା । ଫଳରେ ବାନରଟିର ଯେଉଁ ଦୁର୍ଦ୍ଦମନୀୟ ଚଞ୍ଚଳତା ଦେଖାଗଲା, ତାହା ଭାଷାରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା ଅସମ୍ଭବ । ମନୁଷ୍ୟ-ମନ ମଧ୍ୟ ଏହି ବାନରତୁଲ୍ୟ, ତାହା ସ୍ୱଭାବତଃ କ୍ରିୟାଶୀଳ; ପୁନଶ୍ଚ ବାସନା ରୂପକ ମଦିରାପାନରେ ମତ୍ତ ହେଲେ ତା'ର ଅସ୍ଥିରତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ବାସନା ମନକୁ ଅଧିକାର କରେ, ସେତେବେଳେ ଅପରର ସଫଳତା ଦର୍ଶନରେ ଈର୍ଷାରୂପକ ବୃଶ୍ଚିକ ତାହାକୁ ଦଂଶନ କରିଥାଏ । ଶେଷରେ ପୁଣି ଯେତେବେଳେ ଅହଂକାର ରୂପକ ପିଶାଚ ତା' ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରେ, ସେତେବେଳେ ସେ ନିଜକୁ ଅତି ମହାନ୍ ବୋଲି ମନେକରେ । ଅତଏବ, ଏପରି ମନକୁ ସଂଯତ କରିବା ଯେ କେତେ କଠିନ, ତାହା ଚିନ୍ତା କରି ଦେଖ ।

ମନଃସଂଯମର ପ୍ରଥମ ସୋପାନ ହେଉଛି କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ନୀରବରେ ବସିରହିବା ଓ ମନକୁ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ଚାଲିବାକୁ ଦେବା । ମନ ସଦା ଚଞ୍ଚଳ । ତାହା ସେହି ବାନର ଭଳି ସର୍ବଦା ଡେଉଁଛି । ବାନର ଯେତେ ଇଚ୍ଛା ଡିଆଁମାରୁ କ୍ଷତି ନାହିଁ; ଧୈର୍ଯ୍ୟ ଧରି ଅପେକ୍ଷା କର ଓ ମନର ଗତି ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଯାଅ । ଲୋକେ କହନ୍ତି, ଜ୍ଞାନ ହିଁ ଶକ୍ତି—ଏହା ଅତି ସତ୍ୟ କଥା । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜାଣି ନ ପାରିଛ ମନ କଅଣ କରୁଛି, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାହାକୁ ସଂଯତ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ତାହାକୁ ଯଥେଚ୍ଛା ବିଚରଣ କରିବାକୁ ଦିଅ । ଅନେକ ବୀଭତ୍ସ ଚିନ୍ତା ହୁଏତ ମନରେ ଦେଖା ଦେବ, ତୁମ ମନ ଯେ ଏତେ ଅସତ୍ ଚିନ୍ତା କରିପାରେ, ସେକଥା ଭାବି ତୁମେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେବ । କିନ୍ତୁ ଦେଖିବ, ମନର ଏହି ସକଳ ଚିନ୍ତା କ୍ରମଶଃ କମିଆସୁଅଛି, ପ୍ରତିଦିନ ମନ ସ୍ଥିର ହୋଇ ଆସୁଅଛି । ପ୍ରଥମ କେତେ ମାସ ଦେଖିବ, ତୁମ ମନକୁ ଅସଂଖ୍ୟ ଚିନ୍ତା ଆସୁଛି; କିନ୍ତୁ କ୍ରମଶଃ ଦେଖିବ ଚିନ୍ତା କିଛି ପରିମାଣରେ କମୁଛି ଓ କେତେ ମାସ ପରେ ଆହୁରି କମିଯାଇଛି । ଅବଶେଷରେ ମନ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ବଶୀଭୂତ ହେବ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରତିଦିନ ଆମକୁ ଧୈର୍ଯ୍ୟର ସହିତ ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ହେବ । ଇଞ୍ଜିନ୍ ଭିତରେ ବାଷ୍ପ ଥିଲେ ତାହା ଚାଲିବାକୁ ବାଧ୍ୟ । ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଷୟ ଆମ ସମ୍ମୁଖରେ ଥିବ, ସେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମମାନଙ୍କୁ ନିଶ୍ଚୟ ବିଷୟ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ହେବ । ସୁତରାଂ ମନୁଷ୍ୟ ଯେ ଇଞ୍ଜିନ୍ ପରି ଯନ୍ତ୍ରମାତ୍ର ନୁହେଁ, ତାହା ପ୍ରମାଣ କରିବାକୁ ହେବ । ମନୁଷ୍ୟ କୌଣସି ଜିନିଷର ଅଧୀନ ନୁହେଁ । ମନକୁ ସଂଯତ କରିବା ଏବଂ ତାହାକୁ ବିଭିନ୍ନ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ-କେନ୍ଦ୍ର ସହିତ ଯୁକ୍ତ ନ କରିବାକୁ 'ପ୍ରତ୍ୟାହାର' କହନ୍ତି । ତାହା ଅଭ୍ୟାସ କରିବାର ଉପାୟ କଅଣ? ଏହା ଅତି କଠିନ; ଧୈର୍ଯ୍ୟ ସହିତ ଦୀର୍ଘକାଳ ଅଭ୍ୟାସ କଲେ ଏଥିରେ ଆମେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେବୁ ।

କିଛିକାଳ 'ପ୍ରତ୍ୟାହାର' ସାଧନ କରିବା ପରେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସାଧନ 'ଧାରଣା' ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ହେବ । ମନକୁ ଗୋଟିଏ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବିଷୟରେ ଲଗାଇ ରଖିବାର ନାମ 'ଧାରଣା' । ମନକୁ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବିଷୟରେ ଧରି ରଖିବାର ଅର୍ଥ କଣ ?—ମନକୁ ଅନ୍ୟ ସକଳ ସ୍ଥାନରୁ ବିଚ୍ଛିନ୍ନ କରି କୌଣସି ଗୋଟିଏ ବିଶେଷ ଅଂଶକୁ ଅନୁଭବ କରିବା ପାଇଁ ବାଧ୍ୟ କରିବା । ଉଦାହରଣ

ସ୍ୱରୂପ, ଶରୀରର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଅବୟବର ଅନୁଭବ ନ କରି କେବଳ ତୁମ ହାତକୁ ଅନୁଭବ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କର । ଯେତେବେଳେ ଚିତ୍ତ ଅର୍ଥାତ୍ ମନ କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ଥାନରେ ଆବଦ୍ଧ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଏହାକୁ 'ଧାରଣା' କହନ୍ତି । ଧାରଣା ନାନାପ୍ରକାରର । ଧାରଣା ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ପାଇଁ କଳ୍ପନାର ସାହାଯ୍ୟ ନେବା ଉଚିତ । ମନେକର, ହୃଦୟରେ କୌଣସି ଏକ ବିନ୍ଦୁ ଉପରେ ମନକୁ 'ଧାରଣା' କରିବାକୁ ହେବ । ଏହା ଅତି କଠିନ । ଅତଏବ ସହଜ ଉପାୟ ହେଉଛି, ହୃଦୟରେ ଗୋଟିଏ ପଦ୍ମର ଚିନ୍ତା କର; ମନେକର ତାହା ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ । ସେହି ସ୍ଥାନରେ ମନକୁ ଧାରଣା କର । ଅଥବା ମସ୍ତକରେ ସହସ୍ରଦଳ ପଦ୍ମ କିମ୍ବା ସୁଷୁମ୍ନା ମଧ୍ୟସ୍ଥ ଚକ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ ରୂପେ ଚିନ୍ତା କର ।

ଯୋଗୀମାନେ ନିରନ୍ତର ସାଧନା ଅଭ୍ୟାସ କରିବେ । ତାଙ୍କୁ ନିଃସଙ୍ଗଭାବେ ରହିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବାକୁ ହେବ; ନାନା ପ୍ରକାର ଲୋକଙ୍କ ସଙ୍ଗ ଚିତ୍ତକୁ ବିକ୍ଷିପ୍ତ କରେ । ସେ ମିତଭାଷୀ ହେବେ, କାରଣ ବେଶୀ କଥା କହିଲେ ମନ ବିକ୍ଷିପ୍ତ ହୁଏ । ବେଶୀ କାମ କରିବା ମଧ୍ୟ ଭଲ ନୁହେଁ, କାରଣ ବେଶୀ କାମ କଲେ ମନ ଚଞ୍ଚଳ ହୁଏ; କଠୋର ପରିଶ୍ରମ ପରେ ମନଃସଂଯମ କରିବା କଠିନ । ଯେ ଏହି ସକଳ ନିୟମ ପାଳନ କରନ୍ତି, ସେ ଯୋଗୀ ହୋଇପାରିବେ । ଯୋଗର ଏପରି ଶକ୍ତି ଯେ, ଅତି ଅଳ୍ପ ସାଧନ କଲେ ମଧ୍ୟ ମହତ୍ ଫଳ ଲାଭ କରାଯାଏ । ଏଥିରେ କାହାରି ହେଲେ ଅନିଷ୍ଟ ହେବ ନାହିଁ; ବରଂ ସମସ୍ତଙ୍କର ଉପକାର ହେବ । ପ୍ରଥମତଃ ସ୍ନାୟବିକ ଉତ୍ତେଜନା ଶାନ୍ତ ହେବ, ମନରେ ସ୍ଥିରତା ଆସିବ ଏବଂ ସକଳ ବିଷୟ ସ୍ପଷ୍ଟଭାବରେ ଦେଖିବା ଓ ବୁଝିବା ପାଇଁ ତୁମେ ସମର୍ଥ ହେବ । ମନ ଭଲ ରହିବ, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମଧ୍ୟ କ୍ରମଶଃ ଭଲ ହେବ । ଯୋଗାଭ୍ୟାସ କାଳରେ ଯେଉଁ ସକଳ ଚିହ୍ନ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ, ଶରୀରର ସୁସ୍ଥତା ସେଗୁଡ଼ିକରୁ ଅନ୍ୟତମ । ସ୍ୱର ମଧ୍ୟ ମଧୁର ହେବ । ସ୍ୱରର ଦୋଷ ଦୂର ହେବ । ଯେଉଁମାନେ କଠୋର ସାଧନା କରନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ଆହୁରି ଅନେକ ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶ ପାଏ । କେବେ କେବେ ଦୂରରୁ ଘଣ୍ଟା ଧ୍ୱନି ଭଳି ଶବ୍ଦ ଶୁଣାଯିବ—ଯେପରି ଅନେକ ଘଣ୍ଟା ଏକତ୍ର ବାଜୁଅଛି । ପୁନଶ୍ଚ ବେଳେବେଳେ ନାନା ପ୍ରକାର ବସ୍ତୁ ଦେଖାଯାଏ । କ୍ଷୁଦ୍ର କ୍ଷୁଦ୍ର ଆଲୋକକଣା ଯେପରି ଶୂନ୍ୟରେ ଭାସୁଅଛି ଓ କ୍ରମଶଃ ବଡ଼ ହେଉଅଛି । ଏହି ସବୁ ଅନୁଭୂତି ହେଲେ ବୁଝିବ ଯେ ତୁମର ଦ୍ରୁତ ଉନ୍ନତି ହେଉଅଛି ।

ଯେଉଁମାନେ ଯୋଗୀ ହେବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି ଏବଂ ଦୃଢ଼ଭାବରେ ଯୋଗ ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତି, ସେମାନେ ପ୍ରଥମାବସ୍ଥାରେ ଆହାର ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଯତ୍ନଶୀଳ ହେବେ । ଯେଉଁମାନେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ ସହ ଅଳ୍ପବହୁତ ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି; ସେମାନେ ପରିମିତ ଭୋଜନ କରିବେ । ଖାଦ୍ୟର ପ୍ରକାର ବିଚାର କରିବା ସେମାନଙ୍କ ପକ୍ଷେ ଆବଶ୍ୟକ ନୁହେଁ, ସେମାନେ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ଖାଇପାରନ୍ତି ।

ଯେଉଁମାନେ ଶୀଘ୍ର ଉନ୍ନତି କରିବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଆହାର ସମ୍ବନ୍ଧରେ ବିଶେଷ ସାବଧାନ ହେବା ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ପ୍ରଥମ କେତେ ମାସ କେବଳ ଦୁଗ୍ଧ ଓ ଶସ୍ୟଜାତୀୟ ଆହାର ଉପରେ ସେମାନେ ନିର୍ଭର କରିବେ । ଦେହ-ଯନ୍ତ୍ର ଉତ୍ତରୋତ୍ତର ଯେତେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ହେଉଥିବ, ସେତେ ଆମେ ଦେଖିବୁ ଯେ, ସାମାନ୍ୟ ଅନିୟମରେ ଶରୀର ଭିତରେ ଗୋଳମାଳ ଉପସ୍ଥିତ ହେଉଅଛି । ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମନ ଉପରେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ

ଅଧିକାର ନ ଆସିଛି, ସେତେଦିନ ଆହାରର ସାମାନ୍ୟ ନ୍ୟୂନାଧିକ୍ୟ ସମଗ୍ର ଶରୀର-ଯନ୍ତ୍ରକୁ ବିପର୍ଯ୍ୟସ୍ତ କରି ପକାଇବ । କିନ୍ତୁ ମନ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ବଶୀଭୂତ ହେଲେ ତୁମେ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ଖାଇପାର ।

ଯେତେବେଳେ କେହି ମନକୁ ଏକାଗ୍ର କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ଗୋଟିଏ ସାମାନ୍ୟ ପିନ୍‌କଣ୍ଟା ପଡ଼ିଲେ ବୋଧ ହେବ ଯେପରି ମସ୍ତିଷ୍କ ଭିତର ଦେଇ ବଜ୍ର ଚାଲିଗଲା । ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ ଯେତେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ହୁଅନ୍ତି, ଅନୁଭୂତି ମଧ୍ୟ ସେତେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ହେଉଥାଏ । ଏହି ସକଳ ଅବସ୍ଥା ଭିତର ଦେଇ ଆମମାନଙ୍କୁ ଅଗ୍ରସର ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଯେଉଁମାନେ ଅଧ୍ୟବସାୟ ସହକାରେ ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଲାଗି ରହିପାରିବେ, ସେହିମାନେ ହିଁ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେବେ । ଯେଉଁଥିରେ ଚିତ୍ତର ବିକ୍ଷେପ ହୁଏ, ସେସବୁ ପରିତ୍ୟାଗ କର । ଶୁଷ୍କ ତର୍କର ଫଳ କଅଣ ? ତାହା କେବଳ ମନକୁ ଚଞ୍ଚଳ କରେ । ସୂକ୍ଷ୍ମ ତତ୍ତ୍ୱସମୂହ ଉପଲବ୍ଧି କରିବାକୁ ହେବ । ଅତଏବ ସର୍ବପ୍ରକାର ବୃଥା ବାକ୍ୟାଳାପ ତ୍ୟାଗ କର । ଯେଉଁମାନେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭବ କରିଅଛନ୍ତି, କେବଳ ସେମାନଙ୍କ ଲିଖିତ ଗ୍ରନ୍ଥାବଳୀ ପାଠ କର ।

ମୁକ୍ତାଗର୍ଭା ଶାମୁକାଟିଏ ଭଳି ହୁଅ । ଭାରତରେ ଗୋଟିଏ ସୁନ୍ଦର କିମ୍ବଦନ୍ତୀ ପ୍ରଚଳିତ ଅଛି । ଆକାଶରେ ଯେଉଁ ସମୟରେ ସ୍ୱାତୀ ନକ୍ଷତ୍ର ଉଦିତ ହୁଏ, ଯଦି ସେହି ସମୟରେ ବର୍ଷା ହୁଏ ଏବଂ ଏହି ଜଳର ଗୋଟିଏ ବିନ୍ଦୁ କୌଣସି ଶାମୁକାର ପାଟିରେ ପଡ଼େ, ତା'ହେଲେ ତାହା ଗୋଟିଏ ମୁକ୍ତାରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ଶାମୁକାଗୁଡ଼ିକ ଏହା ଅବଗତ ଥାଆନ୍ତି; ସୁତରାଂ ଏ ନକ୍ଷତ୍ର ଆକାଶରେ ଉଦିତ ହେଲେ ସେମାନେ ଜଳପୃଷ୍ଠକୁ ଆସି ଟୋପାଏ ବୃଷ୍ଟି କଣା ପାଇଁ ପାଟି ମେଲାକରି ଅପେକ୍ଷା କରନ୍ତି । ଯେମିତି ଏକ ବିନ୍ଦୁ ବୃଷ୍ଟି ତା' ପାଟିରେ ପଡ଼େ, ସେମିତି ଶାମୁକା ମୁଖ ବନ୍ଦ କରିଦିଏ ଏବଂ ସମୁଦ୍ର ତଳକୁ ଚାଲିଯାଏ ଏବଂ ସେଠାରେ ବୃଷ୍ଟି ବିନ୍ଦୁଟିକୁ ମୁକ୍ତାରେ ପରିଣତ କରିବା ସାଧନାରେ ମଗ୍ନ ହୁଏ । ଆମକୁ ମଧ୍ୟ ଏହିପରି କରିବାକୁ ହେବ । ପ୍ରଥମେ ଶୁଣିବାକୁ ହେବ, ପରେ ବୁଝିବାକୁ ହେବ, ପରିଶେଷରେ ବହିର୍ଜଗତର ପ୍ରଭାବ ଓ ସର୍ବପ୍ରକାର ବିକ୍ଷେପର କାରଣଠାରୁ ଦୂରରେ ରହି ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ସତ୍ୟକୁ ବିକଶିତ କରିବା ପାଇଁ ଯତ୍ନବାନ୍ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । କେବଳ ନୂତନତ୍ୱ ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ନୂତନ ଭାବ ପାଇଲେ ପୂର୍ବର ଭାବକୁ ଛାଡ଼ିଦେବା—ଏହିପରି ବାରମ୍ବାର କରିବାଦ୍ୱାରା ଆମମାନଙ୍କର ଶକ୍ତି ବୃଥା କ୍ଷୟ ହେବ । ସାଧନ କାଳରେ ଏହିପରି ବିପଦର ଆଶଙ୍କା ଅଛି । ଗୋଟିଏ ଭାବ ଗ୍ରହଣ କର, ସାଧନା କର, ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦେଖ, ଶେଷ ନ ଦେଖି ତ୍ୟାଗ କର ନାହିଁ । ଯେ ଗୋଟିଏ ଭାବରେ ମତ୍ତ ହୋଇପାରନ୍ତି, କେବଳ ସେ ସତ୍ୟର ଆଲୋକ ପାଇଥାଆନ୍ତି । ଯେଉଁମାନେ ଏଠାରେ ଟିକିଏ ସେଠାରେ ଟିକିଏ ଆସ୍ୱାଦ କରନ୍ତି, ସେମାନେ କେବେହେଲେ କୌଣସି ବସ୍ତୁ ଲାଭ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କର ସ୍ନାୟୁ ଟିକିଏ ଉତ୍ତେଜିତ ହୁଏ ସତ; କିନ୍ତୁ ସେତିକିରେ ଶେଷ । ସେମାନେ ଚିରକାଳ ପ୍ରକୃତିର ଦାସ ହୋଇ ରହିବେ, କେବେହେଲେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିପାରିବେ ନାହିଁ ।

ଯେଉଁମାନେ ଯଥାର୍ଥରୂପେ ଯୋଗୀ ହେବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବିଷୟ ଆସ୍ୱାଦ କରିବାର ଭାବ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବରେ ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ହେବ । ଗୋଟିଏ ଭାବ ନେଇ ତାହାକୁ ଜୀବନର ଏକମାତ୍ର ବ୍ରତ କର, ସର୍ବଦା ତାହାର ଚିନ୍ତା କରୁଥାଅ । ଏହି ଭାବ

ଅନୁଯାୟୀ ଜୀବନ ଯାପନ କର । ତୁମର ମସ୍ତିଷ୍କ, ସ୍ନାୟୁ, ପେଶୀ, ଶରୀରର ପ୍ରତିଟି ଅଙ୍ଗ ଏହି ଭାବରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯାଉ । ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ଚିନ୍ତା ଦୂରରେ ରହୁ । ଏହା ହିଁ ସିଦ୍ଧିଲାଭର ଉପାୟ; ଏହି ଉପାୟରେ ମନୁଷ୍ୟ ମହାପୁରୁଷ ହୁଏ । ବୃଥା କଥାବାର୍ତ୍ତା ଧର୍ମ ନୁହେଁ । ଯଦି ଆମେ ଯଥାର୍ଥ କୃତାର୍ଥ ହେବାକୁ ଓ ଅନ୍ୟର ଜୀବନ ଧନ୍ୟ କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁ, ତା'ହେଲେ ଆମମାନଙ୍କୁ ଆହୁରି ଗଭୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହା କାର୍ଯ୍ୟରେ ପରିଣତ କରିବାର ପ୍ରଥମ ସୋପାନ—ମନକୁ କୌଣସି ଭାବରେ ବିକ୍ଷିପ୍ତ ନ କରିବା ଏବଂ ଯେଉଁମାନଙ୍କ ସହିତ କଥା କହିଲେ ମନରେ ଚଞ୍ଚଳତା ଆସେ, ସେମାନଙ୍କ ସଙ୍ଗ ତ୍ୟାଗ କରିବା । ତୁମେ ସମସ୍ତେ ଜାଣ ଯେ, କେତେଗୁଡ଼ିଏ ସ୍ଥାନ, କୌଣସି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଓ ଖାଦ୍ୟ ତୁମ ନିକଟରେ ବିରକ୍ତି କର । ଏଗୁଡ଼ିକୁ ତ୍ୟାଗ କରିବ । ଯେଉଁମାନେ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରିବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ସତ୍ ଅସତ୍ ସର୍ବ ପ୍ରକାର ସଙ୍ଗ ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ହେବ । ଦୃଢ଼ ଭାବରେ ସାଧନା କର । ମର ବା ବଞ୍ଚ—କିଛି ହେଲେ ଗ୍ରାହ୍ୟ କରନାହିଁ ଫଳାଫଳ ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ନ ରଖି ସାଧନ-ସମୁଦ୍ରରେ ଝାସ ଦେବାକୁ ହେବ । ଯଦି ନିର୍ଭୀକ ହୁଅ, ତେବେ ଛଅ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ତୁମେ ଜଣେ ସିଦ୍ଧ ଯୋଗୀ ହୋଇପାରିବ । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁମାନେ ଅଳ୍ପ ଅଳ୍ପ ସାଧନା କରନ୍ତି, ସବୁ ଜିନିଷ ଟିକିଏ ଅଧେ ଚାଖନ୍ତି, ସେମାନେ ଉନ୍ନତି କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । କେବଳ ଉପଦେଶ ଶୁଣିଲେ କୌଣସି ଫଳ ହୁଏ ନାହିଁ । ଯେଉଁମାନେ ତମୋଗୁଣରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ, ଅଜ୍ଞାନ ଓ ଅଳସ, ଯେଉଁମାନଙ୍କ ମନ କୌଣସି ବିଷୟରେ ସ୍ଥିର ହୁଏ ନାହିଁ, ଯେଉଁମାନେ ସବୁଥିରେ କେବଳ ଆମୋଦ ଅନ୍ୱେଷଣ କରନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଧର୍ମ ଓ ଦର୍ଶନ କେବଳ ଏକ ଆମୋଦପ୍ରମୋଦର ବିଷୟ । ଏମାନେ ଅଧ୍ୟବସାୟହୀନ । ସେମାନେ ଧର୍ମକଥା ଶୁଣିଲେ ମନେକରନ୍ତି, ବାଃ, ଏହା ତ ଉତ୍ତମ କଥା; କିନ୍ତୁ ତାପରେ ଘରକୁ ଯାଇ ସବୁ ଭୁଲିଯାଆନ୍ତି । ସାଫଲ୍ୟ ଲାଭ କରିବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରବଳ ଅଧ୍ୟବସାୟ ଓ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ରହିବା ଦରକାର । ଅଧ୍ୟବସାୟଶୀଳ ସାଧକ କହନ୍ତି, 'ମୁଁ ଗଣ୍ଡୁଷରେ ସମୁଦ୍ର ପାନ କରିବି । ମୋ ଇଚ୍ଛା ମାତ୍ରେ ପର୍ବତ ଚୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯିବ ।' ଏହିପରି ତେଜ, ଏହିପରି ସଙ୍କଳ୍ପକୁ ଆଶ୍ରୟ କରି ଦୃଢ଼ଭାବରେ ସାଧନ କର । ତେବେ ନିଶ୍ଚୟ ତୁମେ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଉପନୀତ ହେବ ।

ସପ୍ତମ ଅଧ୍ୟାୟ

ଧ୍ୟାନ ଓ ସମାଧି

ପୂର୍ବ ପୂର୍ବ ଅଧ୍ୟାୟରେ ଆମେ ରାଜଯୋଗର ସୂକ୍ଷ୍ମ ସାଧନାଗୁଡ଼ିକ ବ୍ୟତୀତ ବିଭିନ୍ନ ସୋପାନସମୂହର ଆଲୋଚନା କରିଅଛୁ । ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଅନ୍ତରଙ୍ଗ ସାଧନଗୁଡ଼ିକର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଏକାଗ୍ରତା ଲାଭ କରିବା । ଏହି ଏକାଗ୍ରତା ଲାଭ କରିବା ହିଁ ରାଜଯୋଗର ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ, ସକଳ ଧରଣର ଜ୍ଞାନ ଆମ ସଚେତନ ଅହଂବୁଦ୍ଧିର ଅଧୀନ । ଏହି ଟେବୁଲ ଓ ତୁମର ଅସ୍ତିତ୍ୱର ଜ୍ଞାନ ମୁଁ ମୋର ଚେତନାରୁ ପାଇଥାଏ । ପୁଣି ଏହା ମଧ୍ୟ ଆମେ ଦେଖୁ ଯେ, ମୋ ସତ୍ତାକୁ ମୁଁ କେବଳ ଆଂଶିକ ଭାବରେ ଅନୁଭବ କରିଥାଏ । ଶରୀର ମଧ୍ୟସ୍ଥ ବିଭିନ୍ନ ଯନ୍ତ୍ର, ମସ୍ତିଷ୍କର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶ ପ୍ରଭୃତି ସମ୍ବନ୍ଧରେ କେହି ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ ।

ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଖାଉ ସେତେବେଳେ ତାହା ଜ୍ଞାନପୂର୍ବକ କରୁ; କିନ୍ତୁ ଏହାର ପରିପାକ ଆମେ ଅଜ୍ଞାତସାରରେ କରିଥାଉ । ଖାଦ୍ୟ ଯେତେବେଳେ ରକ୍ତରେ ପରିଣତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ମଧ୍ୟ ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ଏହି କ୍ରିୟା ହୋଇଥାଏ । ପୁଣି ଯେତେବେଳେ ଏହି ରକ୍ତରୁ ଶରୀରର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଅଂଶ ପରିପୁଷ୍ଟ ହୁଏ ତାହା ମଧ୍ୟ ଆମ ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହିସବୁ କ୍ରିୟା ଆମେ ନିଜେ କରିଥାଉ । ଦେହ ଭିତରେ ଅନ୍ୟ ଆଉ କେହି ନାହିଁ ଯେ କି ଏହିସବୁ କ୍ରିୟା କରିବ । କିନ୍ତୁ କିପରି ଜାଣିବି ଯେ ମୁଁ ଏଗୁଡ଼ିକ କରୁଅଛି, ଅନ୍ୟ କେହି କରୁନାହାନ୍ତି ? ଆହାର ପରିପାକ କରିବା ନିଶ୍ଚୟ ମୋର କାର୍ଯ୍ୟ; ଖାଦ୍ୟରୁ ସବଳ ଶରୀର ଗଠନ ମୋ ପାଇଁ ଅନ୍ୟ ଜଣେ କେହି କରି ଦେଉଛି—ତାହା ହୋଇପାରେ ନାହିଁ; କାରଣ ଏହା ପ୍ରମାଣ କରାଯାଇପାରେ ଯେ, ବର୍ତ୍ତମାନ ଯେଉଁ ସକଳ କାର୍ଯ୍ୟ ଆମ ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ହେଉଅଛି, ଏଗୁଡ଼ିକର ଅଧିକାଂଶ ସାଧନାଦ୍ୱାରା ଆମର ଚେତନ ସ୍ତରକୁ ଅଣାଯାଇପାରେ । ଆପାତତଃ ମନେହୁଏ, ଯେପରି କି ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର କ୍ରିୟା ଆମମାନଙ୍କ ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ଅଧୀନ ନୁହେଁ, ଏହା ସ୍ୱାଭାବିକ ଚାଲୁଅଛି । କିନ୍ତୁ ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ଏହି ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରକୁ ଏପରି ଆୟତ୍ତକୁ ଅଣାଯାଇପାରେ ଯେ, ଆମମାନଙ୍କ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ତାହା ମୃଦୁ ବା ଦ୍ରୁତ ଚାଲିବ, ଅଥବା ପ୍ରାୟ ବନ୍ଦ ହୋଇଯିବ । ଆମ ଶରୀରର ପ୍ରାୟ ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ରିୟା ଆୟତ୍ତକୁ ଅଣାଯାଇପାରେ । ଏହାର ଅର୍ଥ କ'ଣ ? ବର୍ତ୍ତମାନ ଯେଉଁ ସକଳ କ୍ରିୟା ଅବଚେତନ ସ୍ତରରେ ହେଉଅଛି, ସେଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଆମେ ନିଜେ କରୁଛୁ—କେବଳ ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ତାହା କରୁଛୁ, ଏତିକି ମାତ୍ର । ଅତଏବ ଦେଖାଯାଉଛି, ମନୁଷ୍ୟର ମନ ଦୁଇ ସ୍ତରରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ପ୍ରଥମ ଅବସ୍ଥାକୁ ସଜ୍ଞାନ-ଭୂମି କୁହାଯାଇପାରେ, ଅର୍ଥାତ୍ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ସମୟରେ ବୋଧହୁଏ 'ମୁଁ କରୁଅଛି' । ଅନ୍ୟ ଭୂମିଟିକୁ ଅଜ୍ଞାନ-ଭୂମି କୁହାଯାଇପାରେ । ଏହି ସ୍ତରରେ ଆମର 'ଅହଂ'—ବୁଦ୍ଧି ରହେ ନାହିଁ ।

ଚିନ୍ତାର ଯେଉଁ ଅଂଶରେ 'ଅହଂ'ଭାବ ନଥାଏ, ତାହା ଅଜ୍ଞାନଭୂମିର କ୍ରିୟା ଆଉ ଯେଉଁ ଅଂଶରେ ଅହଂଭାବ ଥାଏ, ତାହା ଜ୍ଞାନପୂର୍ବକ କ୍ରିୟା । ନିମ୍ନ ଜାତୀୟ ଜୀବଜନ୍ତୁଙ୍କଠାରେ ଏହି

ଅଜ୍ଞାନଭୂମିର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପକୁ ସହଜାତପ୍ରବୃତ୍ତି (instinct) କହନ୍ତି । ଉଚ୍ଚତର ଜୀବମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଓ ଉଚ୍ଚତମ ଜୀବ ମନୁଷ୍ୟଠାରେ ଜ୍ଞାନପୂର୍ବକ କ୍ରିୟା ପ୍ରବଳ ।

କିନ୍ତୁ ଏହା ଶେଷ କଥା ନୁହେଁ । ଏହା ଅପେକ୍ଷା ଉଚ୍ଚତର ଭୂମିରେ ମଧ୍ୟ ଆମ ମନ କାମ କରିପାରେ । ମନ ଜ୍ଞାନର ଅତୀତ ଅବସ୍ଥାକୁ ଯାଇପାରେ । ଅଜ୍ଞାନଭୂମିରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ଯେପରି ଜ୍ଞାନର ନିମ୍ନଭୂମିରେ ଘଟେ, ଠିକ୍ ସେହିପରି ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାର କାର୍ଯ୍ୟ ଜ୍ଞାନାତୀତ ଭୂମିରେ ହୋଇଥାଏ । ସେଥିରେ ମଧ୍ୟ କୌଣସି ପ୍ରକାର 'ଅହଂ'ଭାବ ନଥାଏ । ଏହି ଅହଂବୁଦ୍ଧି କେବଳ ମଧ୍ୟମ ସ୍ତରରେ ସୀମାବଦ୍ଧ । ଯେତେବେଳେ ମନ ଏହି ସ୍ତରର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ବା ନିମ୍ନରେ ଥାଏ, ସେତେବେଳେ କୌଣସି 'ଅହଂ'ବୋଧ ନ ଥାଏ, ଯଦିଓ ସେତେବେଳେ ମଧ୍ୟ ମନର କ୍ରିୟା ଚାଲୁଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ମନ ଏହି 'ଅହଂ'ବୋଧର ସୀମା ଅତିକ୍ରମ କରିଯାଏ, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ ସମାଧି ବା ଜ୍ଞାନାତୀତ ଅବସ୍ଥା କହନ୍ତି । ସମାଧି ଅବସ୍ଥାରେ ମନୁଷ୍ୟ ସଜ୍ଞାନଭୂମିର ନିମ୍ନସ୍ତରକୁ ଯେ ଚାଲିଯାଏ ନାହିଁ, ଅବନତ ହୋଇଯାଏ ନାହିଁ—ଏହା ଆମେ କିପରି ଜାଣିବା ? କାରଣ ଦୁଇଟିଯାକ ଅବସ୍ଥାର କାର୍ଯ୍ୟ ଅହଂଭାବଶୂନ୍ୟ । ଏହାର ଉତ୍ତର ହେଉଛି, ଫଳ ଦେଖି ନିର୍ଣ୍ଣିତ ହେବ, କେଉଁ ସ୍ତର ସଜ୍ଞାନଭୂମିର ନିମ୍ନରେ ଆଉ କେଉଁଟି ଏହାର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ । ଯେତେବେଳେ କେହି ଗଭୀର ନିଦ୍ରାରେ ମଗ୍ନ ହୁଏ, ସେ ସେତେବେଳେ ସଜ୍ଞାନଭୂମିର ନିମ୍ନକୁ ଅବଚେତନ-ଭୂମିକୁ ଚାଲିଯାଏ; କିନ୍ତୁ ସେତେବେଳେ ମଧ୍ୟ ତା' ଶରୀରର ସମୁଦାୟ କ୍ରିୟା ଚାଲିଥାଏ, ସେ ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ଗ୍ରହଣ କରେ, ଏପରିକି ନିଦ୍ରାବସ୍ଥାରେ ଶରୀର ସଞ୍ଚାଳନ ମଧ୍ୟ କରିଥାଏ, ତଥାପି ତାହାର ଏ ସକଳ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଅହଂଭାବ ନଥାଏ, କାରଣ ସେତେବେଳେ ତାର ଚେତନା ରହେ ନାହିଁ । ନିଦ୍ରାରୁ ଯେତେବେଳେ ଉତ୍‌ଥିତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ସେ ଯାହା ପୂର୍ବରୁ ଥିଲା, ତାହା ହିଁ ରହେ । ନିଦ୍ରାଯିବା ପୂର୍ବରୁ ତାର ଯେତିକି ଜ୍ଞାନ ଥିଲା, ନିଦ୍ରାଭଙ୍ଗ ପରେ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ସେତିକି ଥାଏ; ତାହାର କିଛି ମାତ୍ର ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ ନାହିଁ । ତାର ହୃଦୟ କୌଣସି ନୂତନ ଆଲୋକରେ ଉଦ୍‌ଭାସିତ ହୁଏ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ମନୁଷ୍ୟ ସମାଧିସ୍ଥ ହୁଏ—ଏପରି କି ମୂର୍ଖ ମଧ୍ୟ ଯଦି ସମାଧିସ୍ଥ ହୁଏ—ସମାଧିଭଙ୍ଗ ପରେ ସେ ମହାଜ୍ଞାନୀରେ ପରିଣତ ହୁଏ ।

ଏହି ବିଭିନ୍ନତାର କାରଣ କ'ଣ ? ଏକ ଅବସ୍ଥାରୁ ମନୁଷ୍ୟ ଯେପରି ଯାଇଥିଲା, ସେହିରୂପେ ହିଁ ଫେରି ଆସିଲା । ଅନ୍ୟ ଏକ ଅବସ୍ଥାରୁ ମନୁଷ୍ୟ ଜ୍ଞାନୀ ହୋଇ ଫେରିଲା- ଜଣେ ମହାପୁରୁଷରେ ପରିଣତ ହେଲା, ତାର ସ୍ୱଭାବ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ପରବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଗଲା, ତାର ଜୀବନ ମଧ୍ୟ ରୂପାନ୍ତରିତ ହୋଇଗଲା, ସେ ଜ୍ଞାନାଲୋକରେ ଉଦ୍ଭାସିତ ହେଲା । ଫଳ ଯେତେବେଳେ ଭିନ୍ନ, ସେତେବେଳେ କାରଣ ମଧ୍ୟ ଭିନ୍ନ ହେବ । ସମାଧି ଅବସ୍ଥାରେ ଲବ୍‌ଧ ଏହି ଜ୍ଞାନାଲୋକ ଯେହେତୁ ଅଜ୍ଞାନ ଅବସ୍ଥାର ଅନୁଭୂତି ଅପେକ୍ଷା ଅନେକ ଉଚ୍ଚତର ବା ଜ୍ଞାନଭୂମିର ଯୁକ୍ତିବିଚାରଲବ୍‌ଧ ଜ୍ଞାନ ଅପେକ୍ଷା ଅନେକ ଉଚ୍ଚତର, ଅତଏବ ତାହା ଜ୍ଞାନାତୀତ ଭୂମିରୁ ନିଶ୍ଚୟ ଆସିଅଛି । ଏହି କାରଣରୁ ସମାଧି 'ଜ୍ଞାନାତୀତ ଅବସ୍ଥା' ନାମରେ ଅଭିହିତ ହୋଇଅଛି ।

ସଂକ୍ଷେପରେ ଏହା ହିଁ ସମାଧିତତ୍ତ୍ୱ । ଏହି ସମାଧିର କାର୍ଯ୍ୟକାରିତା କ'ଣ ? ଆମେ ଜ୍ଞାତସାରରେ ଯେଉଁ ସକଳ ବିଚାରଜନିତ କର୍ମ କରିଥାଉ, ତାହା ସଂକୀର୍ଣ୍ଣ ଓ ସୀମାବଦ୍ଧ । ଗୋଟିଏ କ୍ଷୁଦ୍ର ବୃତ୍ତ ମଧ୍ୟରେ ମାନବ ଯୁକ୍ତି-କର୍ମ କରିବାକୁ ବାଧ୍ୟ, ବାହାରକୁ ଯିବାର

ସାମାନ୍ୟ ଚେଷ୍ଟା ମଧ୍ୟ ଅସମ୍ଭବ । ଅଥଚ ମନୁଷ୍ୟ ଯାହା ଅତିଶୟ ମୂଲ୍ୟବାନ୍ ବୋଲି ମନେକରେ, ତାହା ଏହି ଯୁକ୍ତି-ବିଚାର ପରିଧିର ବାହାରେ ଅବସ୍ଥିତ । ଅବିନାଶୀ ଆତ୍ମା ଅଛି କି ନାହିଁ, ଈଶ୍ୱର ଅଛନ୍ତି କି ନାହିଁ, ଏହି ଜଗତର ନିୟନ୍ତା ପରମଚୈତନ୍ୟସ୍ୱରୂପ କେହି ଅଛନ୍ତି କି ନାହିଁ—ଏ ସକଳ ପ୍ରଶ୍ନ ଯୁକ୍ତିବିଚାରର ସୀମାର ବାହାରେ । ଯୁକ୍ତି କେବେହେଲେ ଏହି ସକଳ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ଦେଇପାରିବ ନାହିଁ । ଯୁକ୍ତି କଅଣ କହେ ? ଯୁକ୍ତି କହେ : ମୁଁ ଅଜ୍ଞେୟବାଦୀ ମୁଁ ଅସ୍ତି ବା ନାସ୍ତି କିଛିହେଲେ ଜାଣିନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଏହି ପ୍ରଶ୍ନଗୁଡ଼ିକ ଆମମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଅତି ପ୍ରୟୋଜନୀୟ । ଏହି ପ୍ରଶ୍ନଗୁଡ଼ିକର ଯଥାଯଥ ଉତ୍ତର ନ ପାଇଲେ ମାନବଜୀବନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟହୀନ ହୋଇପଡ଼େ । ଆମମାନଙ୍କର ସମୁଦାୟ ନୈତିକ ମତ ଓ ମନୋଭାବ, ମନୁଷ୍ୟ-ସ୍ୱଭାବରେ ଯାହା କିଛି ମହତ୍ ଓ ଉତ୍ତମ ତାହା ସବୁ ଯୁକ୍ତିରାଜ୍ୟର ବାହାରୁ ଆସିଛି । ଅତଏବ, ଏହି ସକଳ ପ୍ରଶ୍ନର ସୁମୀମାଂସା ଆମମାନଙ୍କର ଏକାନ୍ତ ପ୍ରୟୋଜନ । ଜୀବନ ଯଦି କେବଳ ଗୋଟିଏ ନାଟକ ହୁଏ, ବିଶ୍ୱ-ଜଗତ ଯଦି କେତେଗୁଡ଼ିଏ ପରମାଣୁର ଆକସ୍ମିକ ମିଳନ ମାତ୍ର ହୁଏ, ତା ହେଲେ ଆମେ ଅନ୍ୟର ଉପକାର କାହିଁକି କରିବା ? ଦୟା, ନ୍ୟାୟପରତା ଅଥବା ସହାନୁଭୂତିର ପ୍ରୟୋଜନ କଅଣ ? ତେବେ ସ୍ୱାର୍ଥପରତା ପୃଥିବୀର ସର୍ବୋତ୍କୃଷ୍ଟ ନୀତି ହୁଅନ୍ତା । ମୁଁ ମୋ ଭାଇର ତଣ୍ଟି ନ କାଟି ତାକୁ ଭଲପାଇବି କାହିଁକି ! ଯଦି ଅତୀତର କୌଣସି ସତ୍ତା ନ ଥାଏ, ଯଦି ମୁକ୍ତି ବୋଲି କିଛି ନ ଥାଏ, ଯଦି କେତେଗୁଡ଼ିଏ କଠୋର ପ୍ରାଣହୀନ ନିୟମ ହିଁ ସର୍ବସ୍ୱ ହୁଏ, ତେବେ ଯେଉଁଥିରେ ଆମେ ଇହଲୋକରେ ସୁଖୀ ହୋଇପାରୁ କେବଳ ସେତିକିର ହିଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା । ଆଜିକାଲି ଅନେକେ କହନ୍ତି, ଆମମାନଙ୍କ ନୀତିର ଭିତ୍ତି ହେଉଛି ହିତବାଦ (utility) । ଏହି ନୀତିର ଭିତ୍ତି କଅଣ ? ସର୍ବାପେକ୍ଷା ଅଧିକ-ସଂଖ୍ୟକ ଲୋକମାନଙ୍କର ସର୍ବାଧିକ ସୁଖର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିବା; କିନ୍ତୁ କାହିଁକି ଆମେ ଏହା କରିବୁ ? ଯଦି ମୋର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସିଦ୍ଧ ହୁଏ, ତା'ହେଲେ ମୁଁ ଲୋକମାନଙ୍କର ଅତ୍ୟଧିକ ଅନିଷ୍ଟ ସାଧନ କରିବି ନାହିଁ କାହିଁକି ? ହିତବାଦୀଗଣ (utilitarians) ଏହି ପ୍ରଶ୍ନର କଅଣ ଉତ୍ତର ଦେବେ ? ଭଲ ବା ବନ୍ଦ, ତାହା ତୁମେ କିପରି ଜାଣିବ ? ମୁଁ ମୋର ବାସନାଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ହୋଇ ତାହାର ତୃପ୍ତିସାଧନ କଲି, ଏହା ମୋର ସ୍ୱଭାବସିଦ୍ଧ, ଏହା ଅପେକ୍ଷା ମୁଁ ଅଧିକ କିଛି ଜାଣିନାହିଁ । ମୋର ଏହି ସବୁ ବାସନା ଅଛି, ମୁଁ ଏଗୁଡ଼ିକ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବି; ତୁମର ଆପତ୍ତି କରିବାର କି ଅଧିକାର ଅଛି ? ନୀତି, ଆତ୍ମାର ଅମରତ୍ୱ, ଈଶ୍ୱରପ୍ରେମ ଓ ସହାନୁଭୂତି, ସାଧୁତ୍ୱ ଏବଂ ସର୍ବୋପରି ନିଃସ୍ୱାର୍ଥତା—ମୁନଷ୍ୟଜୀବନର ଏହି ସକଳ ମହତ୍ ସତ୍ୟଗୁଡ଼ିକର ଅର୍ଥ କଅଣ ?

ସମଗ୍ର ନୀତି-ଶାସ୍ତ୍ର, ମନୁଷ୍ୟର ସକଳ କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ଚିନ୍ତା ଏହି ନିଃସ୍ୱାର୍ଥତାରୂପକ ଭିତ୍ତି ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ । ମାନବ ଜୀବନର ସମୁଦାୟ ଭାବ ଏହି 'ନିଃସ୍ୱାର୍ଥପରତା'—ଏହି ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ଶବ୍ଦ ମଧ୍ୟରେ ସନ୍ନିବେଶିତ କରାଯାଇପାରେ । କାହିଁକି ଆମେ ସ୍ୱାର୍ଥଶୂନ୍ୟ ହେବୁ ? ନିଃସ୍ୱାର୍ଥ ହେବାର ପ୍ରୟୋଜନ କ'ଣ ? ତୁମେ ନିଜକୁ ଯୁକ୍ତିବାଦୀ, ହିତବାଦୀ କହିଥାଅ; କିନ୍ତୁ ତୁମେ ଯଦି ହିତସାଧନ କରିବାର ଯୁକ୍ତି ଦେଖାଇ ନ ପାର, ତାହେଲେ ମୁଁ ତୁମକୁ ଅଯୌକ୍ତିକ କହିବି । ମୁଁ କାହିଁକି ସ୍ୱାର୍ଥପର ନ ହେବି ମୋତେ ଯୁକ୍ତି ଦେଖାଅ । ଅବଶ୍ୟ ଭାଷା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ନିଃସ୍ୱାର୍ଥତା ଅତି ସୁନ୍ଦର କଥା ହୋଇପାରେ, କିନ୍ତୁ ତାହା ତ କୌଣସି ଯୁକ୍ତି ହୋଇ ନ ପାରେ । ମୋତେ ଯୁକ୍ତି ଦେଖାଅ—କାହିଁକି ମୁଁ ନିଃସ୍ୱାର୍ଥ ହେବି, କାହିଁକି ମୁଁ ସତ୍ ହେବି ? ଅମୁକ

ଲୋକ ଏହା କହିଲେ–ଏପରି କଥାର କୌଣସି ମୂଲ୍ୟ ମୋ ନିକଟରେ ନାହିଁ । ମୋର ନିଃସ୍ୱାର୍ଥ ହେବାର ଉପଯୋଗିତା କେଉଁଠି ? 'ହିତ' କହିଲେ ଯଦି 'ଅଧିକ ସୁଖ' ବୁଝାଏ, ତେବେ ସ୍ୱାର୍ଥପର ହେବା ମୋ ପକ୍ଷରେ ହିତକର । ଏହାର ଉତ୍ତର କ'ଣ ? ହିତବାଦୀଗଣ କ'ଣ ଏହାର କୌଣସି ଉତ୍ତର ଦେଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ। ଏହାର ଉତ୍ତର—ଏହି ପରିଦୃଶ୍ୟମାନଜଗତ ଏକ ଅନନ୍ତ ସମୁଦ୍ରର ଗୋଟିଏ କ୍ଷୁଦ୍ର ବିନ୍ଦୁ, ଅନନ୍ତ ଶୃଙ୍ଖଳର ଗୋଟିଏ କ୍ଷୁଦ୍ର ଶିକୁଳି ମାତ୍ର । ଯେଉଁମାନେ ନିଃସ୍ୱାର୍ଥପରତା ପ୍ରଚାର କରିଥିଲେ, ସେମାନେ ଏ ତତ୍ତ୍ୱ କେଉଁଠାରୁ ପାଇଲେ ? ଆମେ ଜାଣୁ, ଏହା ସହଜାତ ବୃତ୍ତି ନୁହେଁ । ସହଜାତ-ଜ୍ଞାନସମ୍ପନ୍ନ ପଶୁଗଣ ଏହା ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ, ବିଚାର-ବୁଦ୍ଧି ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଏହା ମିଳେ ନାହିଁ। ତେବେ ଏହି ତତ୍ତ୍ୱ ଆସିଲା କେଉଁଠାରୁ ?

ଇତିହାସ ପାଠ କଲେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ, ଜଗତର ମହାନ୍ ଧର୍ମାଚାର୍ଯ୍ୟଗଣ ସମସ୍ତେ ହିଁ ଗୋଟିଏ ତଥ୍ୟ ସ୍ୱୀକାର କରିଥାଅନ୍ତି । ସେମାନେ କହନ୍ତି, ଜଗତର ବାହାରୁ ସେମାନେ ଏହି ସତ୍ୟ ଲାଭ କରିଅଛନ୍ତି; ତେବେ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅନେକେ ସଠିକ୍ ଭାବରେ ଏହା ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ । ଜଣେ କହିଲେ, 'ଏକ ସ୍ୱର୍ଗଦୂତ ପକ୍ଷଯୁକ୍ତ ହୋଇ ତାହାଙ୍କୁ କହିଛନ୍ତି, 'ହେ ମାନବ! ଶୁଣ, ମୁଁ ସ୍ୱର୍ଗରୁ ଏହି ସୁସମାଚାର ଅଣିଛି, ତାହା ଗ୍ରହଣ କର ।' ଦ୍ୱିତୀୟ ବ୍ୟକ୍ତି କହିଲେ, ଏକ ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ ଦେବତା ତାଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ଆବିର୍ଭୂତ ହୋଇଥିଲେ । ଅନ୍ୟ ଜଣେ କହିଲେ, 'ସ୍ୱପ୍ନରେ ସେ ଦେଖିଛନ୍ତି, ତାଙ୍କର ପିତୃପୁରୁଷଗଣ ଆସି ତାଙ୍କୁ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ତତ୍ତ୍ୱ-–ଉପଦେଶ ଦେଲେ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ସେ ଆଉ କିଛି ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ ।' ଏହିପରି ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟରେ ତତ୍ତ୍ୱ ଲାଭ କରିବାର କଥା କହିଲେ ମଧ୍ୟ ଏମାନେ ସମସ୍ତେ ଏହି ବିଷୟରେ ଏକମତ ଯେ, ଯୁକ୍ତିତର୍କ ଦ୍ୱାରା ସେମାନେ ଏହି ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିନାହାନ୍ତି; ଏହାର ଅତୀତ ପ୍ରଦେଶରୁ ସେମାନେ ତାହା ଲାଭ କରିଅଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏହି ବିଷୟରେ ଯୋଗ-ଶାସ୍ତ୍ର କଅଣ କହେ ? ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର କହେ, ଯୁକ୍ତିବିଚାରର ଅତୀତ ପ୍ରଦେଶରୁ ସେମାନେ ଯେ ଏହି ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିଛନ୍ତି, ତାହା ଠିକ୍ । ବାସ୍ତବିକ ସେମାନେ ନିଜ ଭିତରୁ ଏହି ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିଛନ୍ତି ।

ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ଏହି ମନର ଏପରି ଏକ ଉଚ୍ଚତର ଅବସ୍ଥା ଅଛି, ଯାହା ଯୁକ୍ତି-ବିଚାରର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ । ଏହି ଉଚ୍ଚାବସ୍ଥାରେ ପହଞ୍ଚିଲେ ମାନବ ବିଷୟ-ଜ୍ଞାନର ଅତୀତ ପରମାର୍ଥ ଜ୍ଞାନ ବା ଅତୀନ୍ଦ୍ରିୟ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରେ । ଯୁକ୍ତି-ବିଚାରର ଅତୀତ ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରିବା ଅର୍ଥାତ୍ ସାଧାରଣ ମାନବ-ସ୍ୱଭାବକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବା କେବେ କେବେ ଅତର୍କିତ ଭାବରେ ଆସିଥାଏ । ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ଘଟଣାର ବିଜ୍ଞାନ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଅନଭିଜ୍ଞ ଥାଇ ଯେପରି ହଠାତ୍ ଏହି ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରେ । ଏହି ଭାବରେ ଅତୀନ୍ଦ୍ରିୟ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କଲେ ସେ ସାଧାରଣତଃ ମନେ କରେ ଯେ, ଏହି ଜ୍ଞାନ ବାହାରୁ କେଉଁଠାରୁ ଆସିଅଛି । ଯାହା ହେଉନା କାହିଁକି, ଏହି ଦିବ୍ୟ ପ୍ରେରଣା, ପାରମାର୍ଥିକ ଜ୍ଞାନର ପ୍ରକାଶ ବିଭିନ୍ନ ଦେଶରେ ଏକ ଧରଣର ହୋଇପାରେ; କୌଣସି ଦେଶର ଲୋକେ ମନେ କରନ୍ତି ଯେ ଏହା ଦେବଦୂତଙ୍କଠାରୁ ଆସିଅଛି, ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଦେଶରେ ଦେବତା ବିଶେଷଙ୍କଠାରୁ, ପୁଣି କେଉଁଠି ବା ସାକ୍ଷାତ୍ ଭଗବାନଙ୍କଠାରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ବୋଲି ମନେ ହୋଇପାରେ । ଏହି ପାର୍ଥକ୍ୟର ଅର୍ଥ କଅଣ ? ଏହାର ଅର୍ଥ ଆମେ ନିଜ ସ୍ୱଭାବ ଅନୁଯାୟୀ ନିଜ ଭିତରୁ ହିଁ ଏହି ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିଅଛୁ । ଅର୍ଥାତ୍ ଯିଏ ଏହା ଲାଭ କରିଛନ୍ତି, ସେ ନିଜ ଶିକ୍ଷା ଓ ବିଶ୍ୱାସ ଅନୁସାରେ ଏହି ଜ୍ଞାନର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରନ୍ତି । ବାସ୍ତବିକ ଏମାନେ ସମସ୍ତେ ଏହି ଜ୍ଞାନାତୀତ ଅବସ୍ଥାରେ ହଠାତ୍ ଆସି ପହଞ୍ଚି ଯାଇଛନ୍ତି ।

ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ହଠାତ୍ ଆସି ପହଞ୍ଚିଲେ ଘୋର ବିପଦର ଆଶଙ୍କା ଅଛି । ଅନେକ ସ୍ଥଳରେ ମସ୍ତିଷ୍କ ବିକୃତ ହୋଇଯିବାର ସମ୍ଭାବନା ଅଛି । ସଚରାଚର ଦେଖିବ, ଯେଉଁସବୁ ବ୍ୟକ୍ତି ହଠାତ୍ ଏହି ଅତୀନ୍ଦ୍ରିୟ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିଛନ୍ତି ଅଥଚ ତାହାର ବୈଜ୍ଞାନିକ ତତ୍ତ୍ୱ ବୁଝି ନାହାନ୍ତି, ସେମାନେ ଯେତେ ବଡ଼ ହୁଅନ୍ତୁ ନା କହିଁକି, ଅନ୍ଧାରରେ ଦରାଣ୍ଡି ହୋଇଛନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କର ଏହି ଜ୍ଞାନ ସହିତ ସାଧାରଣତଃ କିଛି ନା କିଛି କିମ୍ଭୂତକିମାକାର କୁସଂସ୍କାର ରହିଯାଇଛି । ସେମାନେ ଅନେକ ଭ୍ରାନ୍ତିକୁ ଅଯଥା ପ୍ରଶ୍ରୟ ଦେଇ ଯାଇଛନ୍ତି ।

ସେ ଯାହାହେଉ, ଆମେମାନେ ଅନେକ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ଜୀବନଚରିତ ଆଲୋଚନା କରି ଦେଖୁ ଯେ, ଉକ୍ତ ବିପଦର ଆଶଙ୍କା ଅଛି । କିନ୍ତୁ ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ, ସେମାନେ ସମସ୍ତେ ଦିବ୍ୟ-ପ୍ରେରଣା ଲାଭ କରିଥିଲେ । ସେମାନେ ଯେ କୌଣସି ଭାବରେ ହେଉ, ଏହି ଜ୍ଞାନାତୀତ ଭୂମିରେ ଆରୋହଣ କରିଥିଲେ । ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ମହାପୁରୁଷ କେବଳ ଭାବୋଚ୍ଛ୍ୱାସ ହେତୁ ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଉପନୀତ ହୋଇଛନ୍ତି, ସେ କିଛି ସତ୍ୟ ଲାଭ କରିଛନ୍ତି ସତ, କିନ୍ତୁ ତାହା- ସହ କିଛି କୁସଂସ୍କାର ଓ ମତାନ୍ଧତା ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କଠାରେ ଦେଖାଦେଇଛି । ତାଙ୍କ ଶିକ୍ଷା ଦ୍ୱାରା ଯେପରି ଜଗତର ଉପକାର ହୋଇଅଛି, ଏହି କୁସଂସ୍କାରାଦି ଦ୍ୱାରା ସେହିପରି କ୍ଷତି ମଧ୍ୟ ହୋଇଅଛି । ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ-ପୂର୍ଣ୍ଣ ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନରେ କିଛି ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଓ ଯୁକ୍ତି ଦେଖିବା ପାଇଁ ଆମମାନଙ୍କୁ ସାଧାରଣ ଯୁକ୍ତିର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ; କିନ୍ତୁ ତାହା ବୈଜ୍ଞାନିକ ଭାବରେ ନିୟମିତ ସାଧନା ଦ୍ୱାରା କରିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ସମୁଦାୟ କୁସଂସ୍କାରକୁ ବିସର୍ଜନ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବିଜ୍ଞାନ-ଶିକ୍ଷା ସମୟରେ ଆମେ ଯେପରି କରିଥାଉ, ସମାଧିତତ୍ତ୍ୱ-ଶିକ୍ଷା ସମୟରେ ଠିକ୍ ସେହିପରି କରିବାକୁ ହେବ । ଯୁକ୍ତି ଉପରେ ଆମକୁ ଭିତ୍ତି ସ୍ଥାପନ କରିବାକୁ ହିଁ ହେବ, ଯୁକ୍ତି ଆମମାନଙ୍କୁ ଯେତେଦୂର ନେଇଯାଏ, ସେତେଦୂର ଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ; ଯୁକ୍ତି ଯେତେବେଳେ ଆଉ ଚଳିବ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ଯୁକ୍ତି ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଅବସ୍ଥା ଲାଭର ପଥ ଦେଖାଇଦେବ । ଅତଏବ ଯେବେ ଶୁଣିବ କେହି କହୁଛନ୍ତି, 'ମୁଁ ପ୍ରତ୍ୟାଦିଷ୍ଟ,' ଅଥଚ ଯୁକ୍ତିବିରୁଦ୍ଧ କଥା କହୁଛନ୍ତି, ତାଙ୍କ କଥା ଶୁଣିବ ନାହିଁ । କାହିଁକି ? କାରଣ ଏହି ତିନି ଅବସ୍ଥା—ସହଜାତ ଜ୍ଞାନ, ବିଚାରପୂର୍ବକ ଜ୍ଞାନ ଓ ଜ୍ଞାନାତୀତ ଅବସ୍ଥା ଅଥବା ଅଜ୍ଞାନ, ସଜ୍ଞାନ ଓ ଜ୍ଞାନାତୀତ ଅବସ୍ଥା—ଗୋଟିଏ ମନର ବିଭିନ୍ନ ଅବସ୍ଥା ମାତ୍ର । ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ତିନୋଟି ମନ ରହିପାରେ ନାହିଁ । ସହଜାତ-ଜ୍ଞାନ ବିଚାରପୂର୍ବକ ଜ୍ଞାନରେ ଓ ବିଚାରପୂର୍ବକ-ଜ୍ଞାନ ଜ୍ଞାନାତୀତ ଅବସ୍ଥାରେ ପରିଣତ ହୁଏ; ସୁତରାଂ ଅବସ୍ଥାଗୁଡ଼ିକ ପରସ୍ପର-ବିରୋଧୀ ନୁହେଁ । ପ୍ରେରଣା ଯୁକ୍ତି-ବିରୋଧୀ ନୁହେଁ—ବରଂ ଏହା ଯୁକ୍ତିର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ସାଧନ କରେ । ଈଶ୍ୱର-ପ୍ରେରିତ ମହାପୁରୁଷଗଣ କହିଛନ୍ତି, 'ମୁଁ ଧ୍ୱଂସ କରିବା ପାଇଁ ଆସି ନାହିଁ, ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବାକୁ ଆସିଅଛି ।' ପ୍ରେରଣା ଯୁକ୍ତିକୁ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ କରେ । ଯୁକ୍ତି ସହିତ ତାହାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଅଛି ।

ବୈଜ୍ଞାନିକ ଉପାୟରେ ସମାଧି ବା ଜ୍ଞାନାତୀତ ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ଯୋଗର ସୋପାନଗୁଡ଼ିକ ଉପଦିଷ୍ଟ ହୋଇଅଛି । ଅଧିକନ୍ତୁ ଏହା ବୁଝିବା ବିଶେଷ ଆବଶ୍ୟକ ଯେ, ଏହି ଅତୀନ୍ଦ୍ରିୟ ପ୍ରେରଣା ଲାଭ କରିବାର ଶକ୍ତି ପ୍ରାଚୀନ ମହାପୁରୁଷଗଣଙ୍କ ପରି ପ୍ରତ୍ୟେକ ମନୁଷ୍ୟର ସ୍ୱଭାବରେ ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଅଛି । ଏହି ମହାପୁରୁଷଗଣ ଆମଠାରୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପୃଥକ୍ ନ ଥିଲେ,

ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ତୁମ ମୋ ଭଳି ମନୁଷ୍ୟ ଥିଲେ । ସେମାନେ ଖୁବ୍ ଉଚ୍ଚସ୍ତରର ଯୋଗୀ ଥିଲେ ଏବଂ ଏହି ଜ୍ଞାନାତୀତ ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରିଥିଲେ । ଚେଷ୍ଟା କଲେ ଆମେ ତୁମେ ମଧ୍ୟ ତାହା ଲାଭ କରିପାରିବା । ଜଣେ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରିଛନ୍ତି—ଏହି ଘଟଣାରୁ ହିଁ ପ୍ରମାଣିତ ହୁଏ ଯେ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରିବା ସମ୍ଭବ । ଏହା ଯେ କେବଳ ସମ୍ଭବ ତାହା ନୁହେଁ, ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଯଥା ସମୟରେ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହା ହିଁ ଧର୍ମ । ଅଭିଜ୍ଞତା ହିଁ ଆମର ଏକମାତ୍ର ଶିକ୍ଷକ । ଆମେ ସାରା ଜୀବନ ତର୍କବିଚାର କରିପାରୁ, କିନ୍ତୁ ନିଜେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭବ ନ କଲେ ସତ୍ୟର କିଛି ହେଲେ ବୁଝି ପାରିବୁ ନାହିଁ । କେତେ ଖଣ୍ଡ ପୁସ୍ତକ ପଢ଼ିବାକୁ ଦେଇ ତୁମେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଅସ୍ତ୍ରଚିକିତ୍ସକ କରାଇପାରିବ ନାହିଁ । ଖଣ୍ଡିଏ ମାନଚିତ୍ର ଦେଖାଇ ଜଣକର ଦେଶ ଦେଖିବାର କୌତୂହଳ ଚରିତାର୍ଥ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ମୋତେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଭାବେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଭିଜ୍ଞତା ଅର୍ଜନ କରିବାକୁ ହେବ । ମାନଚିତ୍ର କେବଳ ଅଧିକତର ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ଆଗ୍ରହ ଜନ୍ମାଇ ଦେଇପାରେ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ତାହାର ଅନ୍ୟ କୌଣସି ମୂଲ୍ୟ ନାହିଁ । କେବଳ ପୁସ୍ତକ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ମନୁଷ୍ୟ ନିଜ ମନକୁ ଅବନତି ଦିଗକୁ ନେଇଯାଏ । ଈଶ୍ୱରୀୟ ଜ୍ଞାନ କେବଳ ଏହି ପୁସ୍ତକରେ ବା ଅମୁକ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ସୀମାବଦ୍ଧ—ଏପରି କହିବା ଅପେକ୍ଷା ଘୋରତର ଈଶ୍ୱର-ନିନ୍ଦା ଆଉ କଅଣ ଥାଇପାରେ ? ମନୁଷ୍ୟ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଅନନ୍ତ ବୋଲି କହେ, ଅଥଚ ଗୋଟିଏ କ୍ଷୁଦ୍ର ଗ୍ରନ୍ଥର ଗଣ୍ଡିରେ ତାଙ୍କୁ ସୀମାବଦ୍ଧ କରିବାକୁ ଚାହେଁ । କୌଣସି ବିଶେଷ ଧର୍ମଗ୍ରନ୍ଥରେ ଯାହା ଅଛି, ତାହାକୁ ବିଶ୍ୱାସ କରି ନାହାନ୍ତି ବୋଲି, ଖଣ୍ଡିଏ ଗ୍ରନ୍ଥ ମଧ୍ୟରେ ସମୁଦାୟ ଜ୍ଞାନ ସୀମାବଦ୍ଧ—ଏହି କଥା ବିଶ୍ୱାସ କରିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ନାହାନ୍ତି ବୋଲି ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ଲୋକ ନିହତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଅବଶ୍ୟ ଏହି ହତ୍ୟାର ଯୁଗ ବର୍ତ୍ତମାନ ଚାଲିଯାଇଛି; କିନ୍ତୁ ଜଗତ ଏବେ ସୁଦ୍ଧା ଧର୍ମଗ୍ରନ୍ଥରେ ଅନ୍ଧବିଶ୍ୱାସୀ ।

ବୈଜ୍ଞାନିକ ଉପାୟରେ ଜ୍ଞାନାତୀତ ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରିବାକୁ ହେଲେ ତୁମମାନଙ୍କୁ ମୁଁ ରାଜଯୋଗ ବିଷୟରେ ଯେଉଁ ସବୁ ଉପଦେଶ ଦେଉଅଛି, ତାହାର ବିଭିନ୍ନ ସୋପାନ ଦେଇ ଅଗ୍ରସର ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ପ୍ରତ୍ୟାହାର ଓ ଧାରଣା ପରେ, ମୁଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଧ୍ୟାନର ବିଷୟ ଆଲୋଚନା କରିବି । ଦେହ ଭିତରେ ବା ବାହାରେ କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ମନକୁ କିଛି ସମୟ ସ୍ଥିର ରଖିପାରିଲେ ମନ ଅବିଚ୍ଛିନ୍ନ ଗତିରେ ଏହି ଦିଗକୁ ପ୍ରବାହିତ ହେବା ପାଇଁ ଶକ୍ତି ଲାଭ କରିବ । ଏହି ଅବସ୍ଥାର ନାମ 'ଧ୍ୟାନ' । ଧ୍ୟାନର ଶକ୍ତି ଯେତେବେଳେ ଏତେ ବୃଦ୍ଧି ପାଏ ଯେ, ସାଧକ ଅନୁଭବର ବହିର୍ଭାଗ ବର୍ଜନ କରି କେବଳ ଏହାର ଅନ୍ତର୍ଭାଗ ଅର୍ଥାତ୍ ଅର୍ଥର ଧ୍ୟାନ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେହି ଅବସ୍ଥାର ନାମ 'ସମାଧି' । ଧାରଣା, ଧ୍ୟାନ ଓ ସମାଧି—ଏହି ତିନୋଟିକୁ ଏକତ୍ର 'ସଂଯମ' କହନ୍ତି ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରଥମତଃ (୧) ଯଦି କେହି କୌଣସି ବସ୍ତୁ ଉପରେ ମନ ଏକାଗ୍ର କରିପାରେ, (୨) ପରେ ଦୀର୍ଘ ଦିନ ଧରି ଏହି ଏକାଗ୍ରତାର ଭାବ ରକ୍ଷା କରିପାରେ, (୩) ଅବଶେଷରେ ଏହି ଏକାଗ୍ରତାଦ୍ୱାରା ଯେଉଁ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ କାରଣରୁ ଏହି ବାହ୍ୟ ବସ୍ତୁର ଅନୁଭୂତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଅଛି, ଯଦି କେବଳ ତାହାରି ଉପରେ ମନକୁ ସ୍ଥିର ରଖିପାରେ, ତେବେ ସମୁଦାୟ ଶକ୍ତି ଏହିପରି ମନର ବଶୀଭୂତ ହୁଏ ।

ଏହି ଧ୍ୟାନାବସ୍ଥା ହିଁ ମାନବ-ଜୀବନର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଅବସ୍ଥା । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବାସନା ଥାଏ, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯଥାର୍ଥ ସୁଖ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ସାକ୍ଷୀରୂପେ ଧ୍ୟାନରେ ସବୁ କିଛି ପର୍ଯ୍ୟାଲୋଚନା

କରିପାରିଲେ ଆମର ପ୍ରକୃତ ସୁଖ ଓ ଆନନ୍ଦ ଲାଭ ହୁଏ । ଇତର ପ୍ରାଣୀର ସୁଖ ଇନ୍ଦ୍ରିୟରେ, ମନୁଷ୍ୟର ସୁଖ ବୁଦ୍ଧିରେ ଆଉ ଦେବମାନବ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଧ୍ୟାନରେ ଆନନ୍ଦ ଲାଭ କରନ୍ତି । ଯିଏ ଏହିପରି ଧ୍ୟାନାବସ୍ଥା ଲାଭ କରିଛନ୍ତି, ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ଜଗତ୍ ଯଥାର୍ଥ ସୁନ୍ଦର ବୋଲି ପ୍ରତିଭାତ ହୁଏ । ଯାହାଙ୍କର ବାସନା ନାହିଁ, ଯିଏ କୌଣସି ବିଷୟରେ ନିଜକୁ ଲିପ୍ତ କରନ୍ତି ନାହିଁ, ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ପ୍ରକୃତିର ଏହି ବିଚିତ୍ର ପରିବର୍ତ୍ତନ ସୁନ୍ଦର ଓ ମହତ୍ ଭାବସମୂହର ଏକ ଅନନ୍ତ ଚିତ୍ରପଟ ।

ଧ୍ୟାନରେ ଏହି ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକୁ ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ମନେକର, ଗୋଟିଏ ଶବ୍ଦ ଶୁଣିଲି, ଅର୍ଥାତ୍ ବାହାରେ ଗୋଟିଏ କମ୍ପନ ସୃଷ୍ଟି ହେଲା, ତା'ପରେ ସ୍ନାୟବୀୟ ଗତି ତାହାକୁ ମନ ନିକଟକୁ ନେଇଗଲା, ପରେ ମନରେ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ହେଲା ଏବଂ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ବାହ୍ୟ ବସ୍ତୁର ଜ୍ଞାନ ହେଲା । ଏହି ବାହ୍ୟବସ୍ତୁଟି ହିଁ ଇଥର୍ କମ୍ପନଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ମାନସିକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପରିବର୍ତ୍ତନଗୁଡ଼ିକର କାରଣ । ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ରରେ ଏହି ତିନୋଟିକୁ ଶବ୍ଦ, ଅର୍ଥ ଓ ଜ୍ଞାନ କହନ୍ତି । ପଦାର୍ଥବିଜ୍ଞାନ ଓ ଶରୀରବିଜ୍ଞାନର ଭାଷାରେ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଇଥର୍‌ର କମ୍ପନ, ସ୍ନାୟୁ ଓ ମସ୍ତିଷ୍କର ଗତି ଏବଂ ମାନସିକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ଏହି ତିନୋଟି ପ୍ରକ୍ରିୟା ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଏପରି ଭାବରେ ମିଶ୍ରିତ ହୋଇଅଛି ଯେ, ଏଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରଭେଦ ଅତି ଅସ୍ପଷ୍ଟ । ବାସ୍ତବିକ ଆମେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହି ତିନୋଟିରୁ କୌଣସି ଗୋଟିକୁ ପୃଥକ୍ ଭାବରେ ଅନୁଭବ କରିପାରୁ ନାହିଁ, କେବଳ ସେମାନଙ୍କର ସମ୍ମିଳିତ ଫଳ ଆମେ ଅନୁଭବ କରିଥାଉ ଏବଂ ଏହାକୁ ବାହ୍ୟ ବସ୍ତୁ ବୋଲି କହିଥାଉ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅନୁଭବ କ୍ରିୟାରେ ହିଁ ତିନୋଟି ବିଷୟ ରହିଅଛି ଏବଂ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ପୃଥକ୍ ନ କରି ପାରିବାର କୌଣସି କାରଣ ନାହିଁ ।

ପ୍ରାଥମିକ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଫଳରେ ଯେତେବେଳେ ମନ ଦୃଢ଼ ଓ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୁଏ ଏବଂ ସୂକ୍ଷ୍ମତର ଅନୁଭବର ଶକ୍ତି ଲାଭ କରେ, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ ଧ୍ୟାନରେ ନିଯୁକ୍ତ କରିବ । ପ୍ରଥମତଃ ସ୍ଥୂଳ ବସ୍ତୁ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହେବ । ପରେ କ୍ରମଶଃ ଧ୍ୟାନ ସୂକ୍ଷ୍ମତର ହେବ, ଶେଷରେ ବିଷୟଶୂନ୍ୟ ଅର୍ଥାତ୍ ବିକଳ୍ପ ଧ୍ୟାନରେ ପରିଣତ ହେବ । ମନକୁ ପ୍ରଥମେ ଅନୁଭୂତିର ବାହ୍ୟ କାରଣଗୁଡ଼ିକ ଅର୍ଥାତ୍ ବିଷୟ ପରେ ସ୍ନାୟୁ ମଧ୍ୟସ୍ଥ ଗତି, ତାପରେ ଶରୀର ଭିତରର ପ୍ରତିକ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକୁ ଅନୁଭବ କରିବା ପାଇଁ ନିଯୁକ୍ତ କରିବାକୁ ହେବ । ମନ ଯେତେବେଳେ ବେଦନା ବା ଅନୁଭୂତିର ବାହ୍ୟକାରଣ ଗୁଡ଼ିକ ପୃଥକ୍ ଭାବରେ ଜାଣିପାରିବ, ସେତେବେଳେ ମନ ସମୁଦାୟ ସୂକ୍ଷ୍ମ ପଦାର୍ଥ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ଇତ୍ୟାଦି ଅନୁଭବ କରିପାରିବ । ମନ ଯେତେବେଳେ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ଗତିଗୁଡ଼ିକୁ ପୃଥକ୍ ଭାବରେ ଜାଣିପାରିବ, ସେତେବେଳେ ମାନସିକ ତରଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରକାଶିତ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ମନ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାର କ୍ଷମତା ଲାଭ କରିବ । ଯେତେବେଳେ ମନ ମାନସିକ ପ୍ରକ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକୁ ପୃଥକ୍ ଭାବରେ ଅନୁଭବ କରିବ, ସେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ଯେ କୌଣସି ବିଷୟର ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିପାରିବେ; କାରଣ ଅନୁଭବଯୋଗ୍ୟ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବସ୍ତୁ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ଚିନ୍ତା ଏହି ମାନସିକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାର ଫଳ । ଏହି ଅବସ୍ଥା ଲାଭ ହେଲେ ଯୋଗୀ ନିଜ ମନର ଭିତ୍ତି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, ସମୁଦାୟ ଅନୁଭବ କରିବେ ଏବଂ ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କର ମନ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଆୟତ୍ତକୁ ଆସିବ । ଯୋଗୀଙ୍କର ସେତେବେଳେ ନାନାପ୍ରକାର ଅଲୌକିକ ଶକ୍ତି ଲାଭ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ସେ ଏହି ସକଳ ଶକ୍ତିରେ ପ୍ରଲୁବ୍ଧ ହୁଅନ୍ତି, ତେବେ ତାଙ୍କର ଉନ୍ନତିର

ପଥ ରୁଦ୍ଧ ହୋଇଯିବ । ଶକ୍ତିର କ୍ଷମତା ଲାଭ ପାଇଁ ଧାବମାନ ହେଲେ ଏହିପରି ଅନିଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଯଦି ଏହି ସକଳ ଅଲୌକିକ ଶକ୍ତିକୁ ମଧ୍ୟ ତ୍ୟାଗ କରିବାର କ୍ଷମତା ତାଙ୍କର ଥାଏ, ତେବେ ସେ ଯୋଗର ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଉପନୀତ ହୁଅନ୍ତି । ସେତେବେଳେ ମନର ନାନା ପ୍ରକାର ବିକ୍ଷେପ ଓ ଶରୀରର ନାନାବିଧ ଗତିରେ ବିଚଳିତ ନ ହୋଇ ଆତ୍ମାର ମହିମା ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ପ୍ରକାଶିତ ହେବ । ସେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ତାଙ୍କର ଶାଶ୍ୱତ ସ୍ୱରୂପ ଉପଲବ୍ଧି କରିବେ, ସେ ବୁଝିପାରିବେ ଯେ ସେ ଜ୍ଞାନଘନ, ଅବିନାଶୀ, ଓ ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ।

ଏହି ସମାଧିରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମନୁଷ୍ୟର ଏପରିକି ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାଣୀର ମଧ୍ୟ ଅଧିକାର ଅଛି । ନିମ୍ନତମ ପ୍ରାଣୀଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଉଚ୍ଚତମ ଦେବତା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମସ୍ତେ କୌଣସି ନା କୌଣସି ସମୟରେ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରିବେ । ଯାହାର ଯେଉଁ ସମୟରେ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଲାଭ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ତାର ଯଥାର୍ଥ ଧର୍ମଜୀବନ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । ତା' ପୂର୍ବରୁ ଆମେ, କେବଳ ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ପହଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ସଂଗ୍ରାମ କରିଚାଲିଛୁ । ନାସ୍ତିକମାନଙ୍କ ସହିତ ଆମର ବର୍ତ୍ତମାନ କୌଣସି ପ୍ରଭେଦ ନାହିଁ, କାରଣ ଅତୀନ୍ଦ୍ରିୟ ତତ୍ତ୍ୱ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆମମାନଙ୍କର କୌଣସି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅଭିଜ୍ଞତା ନାହିଁ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଭିଜ୍ଞତା ଲାଭ ବ୍ୟତୀତ ଏହି ଏକାଗ୍ରତା ସାଧନର କ'ଣ ପ୍ରୟୋଜନ ? ଏହି ସମାଧି ଲାଭ କରିବାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ସାଧନସୋପାନଗୁଡ଼ିକ ଯୁକ୍ତିପୂର୍ବକ ବିଚାର କରାଯାଇଛି, ଯଥାଯଥ ଭାବରେ ବିନ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଅଛି ଓ ବୈଜ୍ଞାନିକ ପ୍ରଣାଳୀରେ ସଂଗଠିତ ହୋଇଅଛି । ଯଦି ସଠିକ ଭାବରେ ସାଧନା କରାଯାଏ, ତେବେ ତାହା ଆମମାନଙ୍କୁ ବାଞ୍ଛିତ ଲକ୍ଷ୍ୟସ୍ଥଳରେ ନିଶ୍ଚିତରୂପେ ପହଞ୍ଚାଇ ଦେବ । ସେତେବେଳେ ଆମର ସମସ୍ତ ଦୁଃଖ ଦୂର ହେବ, ସକଳ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନ୍ତର୍ହିତ ହେବ, କର୍ମବୀଜ ଦଗ୍ଧ ହୋଇଯିବ ଏବଂ ଆତ୍ମା ଅନନ୍ତକାଳ ପାଇଁ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯିବ ।

ଅଷ୍ଟମ ଅଧ୍ୟାୟ

ରାଜଯୋଗର ସାରକଥା

କୂର୍ମପୁରାଣରୁ* ଅନୁଦିତ ହୋଇ ରାଜଯୋଗର ସାରାଂଶ ନିମ୍ନରେ ପ୍ରଦତ୍ତ ହେଲା ।

ଯୋଗାଗ୍ନି ମାନବର ପାପ-ପିଞ୍ଜରକୁ ଦଗ୍ଧ କରେ; ସେତେବେଳେ ଚିତ୍ତଶୁଦ୍ଧି ଓ ସାକ୍ଷାତ୍ ନିର୍ବାଣ ଲାଭ ହୁଏ । ଯୋଗରୁ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ ହୁଏ, ଜ୍ଞାନ ପୁଣି ଯୋଗୀଙ୍କୁ ମୁକ୍ତିପଥରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଯାହାଙ୍କଠାରେ ଯୋଗ ଓ ଜ୍ଞାନ ଉଭୟ ବିରାଜମାନ, ଈଶ୍ୱର ତାଙ୍କ ପ୍ରତି ପ୍ରସନ୍ନ ହୁଅନ୍ତି । ଯେଉଁମାନେ ପ୍ରତ୍ୟେହ ଥରେ, ଦୁଇ ଥର, ତିନି ଥର ଅଥବା ସର୍ବଦା 'ମହାଯୋଗ' ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ଦେବତା ବୋଲି ଜାଣିବ । ଯୋଗ ଦୁଇ ପ୍ରକାର ଅଭାବଯୋଗ, ଏବଂ ମହାଯୋଗ । ଯେତେବେଳେ ନିଜକୁ ଶୂନ୍ୟ ଓ ସର୍ବପ୍ରକାର ଗୁଣବିରହିତରୂପେ ଚିନ୍ତା କରାଯାଏ, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ 'ଅଭାବଯୋଗ' କହନ୍ତି । ଯେଉଁ ଯୋଗରେ ଆତ୍ମାକୁ ଆନନ୍ଦପୂର୍ଣ୍ଣ, ପବିତ୍ର ଓ ବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ସହିତ ଅଭିନ୍ନରୂପେ ଚିନ୍ତା କରାଯାଏ, ତାହାକୁ 'ମହାଯୋଗ' କହନ୍ତି । ଯୋଗୀ ଉଭୟ ପଥରେ ଆତ୍ମସାକ୍ଷାତ୍କାର କରନ୍ତି । ଆମେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଯେଉଁ ସବୁ ଯୋଗର କଥା ଶାସ୍ତ୍ରରୁ ପାଠ କରୁ ବା ଶୁଣିବାକୁ ପାଉ, ସେସବୁ ଯୋଗ ଏହି ମହାଯୋଗର ସମଶ୍ରେଣୀଭୁକ୍ତ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଏହି ମହାଯୋଗରେ ଯୋଗୀ ନିଜକୁ ଓ ସମଗ୍ର ଜଗତକୁ ସାକ୍ଷାତ୍ ଈଶ୍ୱର ରୂପେ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ଏହା ହିଁ ସକଳ ଯୋଗ ମଧ୍ୟରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ।

ରାଜଯୋଗର ଏହି କେତୋଟି ଅଙ୍ଗ ବା ସୋପାନ ଅଛି—ଯମ, ନିୟମ, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ, ପ୍ରତ୍ୟାହାର, ଧାରଣା, ଧ୍ୟାନ ଓ ସମାଧି । 'ଯମ' କହିଲେ ଅହିଂସା, ସତ୍ୟ, ଅସ୍ତେୟ, ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଓ ଅପରିଗ୍ରହକୁ ବୁଝାଏ । ଏହି ଯମ ଦ୍ୱାରା ଚିତ୍ତ ଶୁଦ୍ଧ ହୁଏ । କାୟ, ମନ ଓ ବାକ୍ୟ ଦ୍ୱାରା କେବେହେଲେ କୌଣସି ପ୍ରାଣୀର ଅନିଷ୍ଟ ନ କରିବାକୁ 'ଅହିଂସା' କହନ୍ତି । ଅହିଂସା ଅପେକ୍ଷା ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଧର୍ମ ଆଉ ନାହିଁ । ଜୀବ ପ୍ରତି ଏହି ଅହିଂସାଭାବରୁ ମନୁଷ୍ୟ ଯେଉଁ ସୁଖ ଲାଭ କରେ, ତଦପେକ୍ଷା ଉଚ୍ଚତର ସୁଖ ଆଉ କିଛି ନାହିଁ । ସତ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ଆମେ କର୍ମର ଫଳ ଲାଭ କରୁ, ସତ୍ୟ ପଥରେ ସବୁ ମିଳେ । ସତ୍ୟରେ ସମୁଦାୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ । ଯଥାର୍ଥ କଥନକୁ ହିଁ 'ସତ୍ୟ' କହନ୍ତି । ଚୌର୍ଯ୍ୟ ବା ବଳପୂର୍ବକ ଅପରର ବସ୍ତୁ ଗ୍ରହଣ ନ କରିବାର ନାମ 'ଅସ୍ତେୟ' । କାୟମନୋବାକ୍ୟରେ ସର୍ବଦା ସକଳ ଅବସ୍ଥାରେ ପବିତ୍ରତା ରକ୍ଷା କରିବାର ନାମ 'ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ' । ଅତି କଷ୍ଟରେ ପଡ଼ି ମଧ୍ୟ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଠାରୁ କୌଣସି ଉପହାର ଗ୍ରହଣ ନ କରିବାକୁ 'ଅପରିଗ୍ରହ' କହନ୍ତି । ଅପରିଗ୍ରହ ସାଧନର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି, କାହାରି ନିକଟରୁ କିଛି ନେଲେ ହୃଦୟ ଅପବିତ୍ର ହୋଇଯାଏ, ଗ୍ରହୀତା ହୀନ ହୋଇଯାଆନ୍ତି, ନିଜର ସ୍ୱାଧୀନତା ହରାନ୍ତି ଏବଂ ବଦ୍ଧ ଓ ଆସକ୍ତ ହୋଇପଡ଼ନ୍ତି ।

---

* କୂର୍ମପୁରାଣ, ଉପବିଭାଗ, ଏକାଦଶ ଅଧ୍ୟାୟ ଦ୍ରଷ୍ଟବ୍ୟ ।

ତପଃ, ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ, ସନ୍ତୋଷ, ଶୌଚ ଓ ଈଶ୍ୱର-ପ୍ରଣିଧାନ—ଏହି କେତୋଟିକୁ ନିୟମ କୁହାଯାଏ । ନିୟମ ଶବ୍ଦର ଅର୍ଥ ନିୟମିତ ଅଭ୍ୟାସ ଓ ବ୍ରତପାଳନ । ଉପବାସ ବା ଅନ୍ୟ ଉପାୟରେ ଦେହର ସଂଯମକୁ 'ଶାରୀରିକ ତପସ୍ୟା' କହନ୍ତି ।

ବେଦପାଠ ଅଥବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ମନ୍ତ୍ର ଉଚ୍ଚାରଣ, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ସତ୍ତ୍ୱଶୁଦ୍ଧି ହୁଏ, ତାହାକୁ 'ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ' କହନ୍ତି । ମନ୍ତ୍ର ଜପ କରିବାର ତିନି ପ୍ରକାର ନିୟମ ଅଛି—ବାଚିକ, ଉପାଂଶୁ ଓ ମାନସ । ବାଚିକ ଜପ ସର୍ବନିମ୍ନ ଏବଂ ମାନସ ଜପ ସର୍ବାପେକ୍ଷା ଶ୍ରେଷ୍ଠ । ବାଚିକ ଜପ ଏତେ ଉଚ୍ଚ ସ୍ୱରରେ ଉଚ୍ଚାରିତ ହୁଏ ଯେ, ସମସ୍ତେ ତାହା ଶୁଣି ପାରନ୍ତି । ଯେଉଁ ଜପରେ କେବଳ ଓଷ୍ଠରେ ସ୍ପନ୍ଦନ ମାତ୍ର ହୁଏ, କିନ୍ତୁ କୌଣସି ଶବ୍ଦ ଉଚ୍ଚାରଣ ହୁଏ ନାହିଁ, ତାହାକୁ 'ଉପାଂଶୁ' କହନ୍ତି । ଯେଉଁ ମନ୍ତ୍ର ଜପରେ କୌଣସି ଶବ୍ଦ ଉଚ୍ଚାରଣ ହୁଏ ନାହିଁ ଏବଂ ଜପ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ମନ୍ତ୍ରର ଅର୍ଥ ସ୍ମରଣ ହୁଏ, ତାହାକୁ 'ମାନସ ଜପ' କହନ୍ତି । ଏହି ଜପ ସର୍ବାପେକ୍ଷା ଶ୍ରେଷ୍ଠ । ଋଷିଗଣ କହିଯାଇଛନ୍ତି, ଶୌଚ ଦ୍ୱିବିଧ—ବାହ୍ୟ ଓ ଅଭ୍ୟନ୍ତର । ମୃତ୍ତିକା, ଜଳ ଅଥବା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଦ୍ରବ୍ୟଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ଶୁଦ୍ଧିକୁ 'ବାହ୍ୟ ଶୌଚ' କହନ୍ତି, ଯଥା- ସ୍ନାନାଦି । ସତ୍ୟ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଧର୍ମାନୁଶୀଳନ ଦ୍ୱାରା ମନର ଶୁଦ୍ଧିକୁ 'ଅଭ୍ୟନ୍ତର ଶୌଚ' କହନ୍ତି । ବାହ୍ୟ ଓ ଅଭ୍ୟନ୍ତର—ଉଭୟ ଶୁଦ୍ଧି ହିଁ ଆବଶ୍ୟକ । କେବଳ ଅଭ୍ୟନ୍ତର ଶୁଚି ରହି ବାହାରେ ଅଶୁଚି ଥିଲେ ଶୌଚ ଯଥେଷ୍ଟ ହେଲା ନାହିଁ । ଯେତେବେଳେ ଉଭୟ ପ୍ରକାର ଶୁଦ୍ଧି ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ, ସେତେବେଳେ କେବଳ ଅଭ୍ୟନ୍ତର ଶୌଚ ଅବଲମ୍ବନ ହିଁ ଶ୍ରେୟସ୍କର । କିନ୍ତୁ ଏହି ଉଭୟ ପ୍ରକାର ଶୌଚ ବ୍ୟତୀତ କେହି ଯୋଗୀ ହୋଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ ।

ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ସ୍ତୁତି, ସ୍ମରଣ ଓ ପୂଜା—ଏହାକୁ କହନ୍ତି 'ଈଶ୍ୱର-ପ୍ରଣିଧାନ' । ଯମ ଓ ନିୟମ ପରେ ଆସୁଛି 'ଆସନ' । ବକ୍ଷସ୍ଥଳ, ଗ୍ରୀବା ଓ ମସ୍ତକ ସଳଖ ରଖି ଦେହଟିକୁ ସ୍ୱଚ୍ଛନ୍ଦ ଭାବରେ ରଖିବାକୁ ହେବ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ପ୍ରକ୍ରିୟା ପ୍ରାଣାୟାମ । 'ପ୍ରାଣ' ଶବ୍ଦର ଅର୍ଥ ତାହାର ସଂଯମ ବା ନିୟନ୍ତ୍ରଣ । ପ୍ରାଣାୟାମ ତିନି ପ୍ରକାର—ଅଧମ, ମଧ୍ୟମ ଓ ଉତ୍ତମ । ପୁନଶ୍ଚ ପ୍ରାଣାୟାମ ତିନି ଭାବରେ ବିଭକ୍ତ—ପୂରକ, କୁମ୍ଭକ, ଓ ରେଚକ । ଯେଉଁ ପ୍ରାଣାୟାମରେ ୧୨ ସେକେଣ୍ଡ କାଳ ବାୟୁ ପୂରଣ କରାଯାଏ, ତାହାକୁ 'ଅଧମ' ପ୍ରାଣାୟାମ କହନ୍ତି । ୨୪ ସେକେଣ୍ଡ କାଳ ବାୟୁ ପୂରଣ କଲେ ତାହାକୁ 'ମଧ୍ୟମ' ପ୍ରାଣାୟମ ଓ ୩୬ ସେକେଣ୍ଡ କାଳ ବାୟୁ ପୂରଣ କଲେ ତାହାକୁ 'ଉତ୍ତମ' ପ୍ରାଣାୟମ କହନ୍ତି । ଅଧମ ପ୍ରାଣାୟାମରେ ଘର୍ମ ଓ ମଧ୍ୟମ ପ୍ରାଣାୟାମରେ କମ୍ପନ ହୁଏ । ଉତ୍ତମ ପ୍ରାଣାୟାମରେ ଶରୀର ଲଘୁ ହୋଇ ଆସନରୁ ଉତ୍‌ଥିତ ହୁଏ ଏବଂ ଭିତରେ ପରମ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭୂତ ହୁଏ ।

ବେଦରେ ଗାୟତ୍ରୀ ନାମକ ଗୋଟିଏ ପବିତ୍ର ମନ୍ତ୍ର ଅଛି । ତାହାର ଅର୍ଥ; 'ଆମେମାନେ ଜଗତର ସ୍ରଷ୍ଟା ପରମ ଦେବତାଙ୍କ ବରଣୀୟ ତେଜର ଧ୍ୟାନ କରୁଛୁ, ସେ ଆମମାନଙ୍କର ଧୀଶକ୍ତି ଜାଗ୍ରତ କରି ଦିଅନ୍ତୁ ।' ଏହି ମନ୍ତ୍ରର ଆଦି ଓ ଅନ୍ତରେ ପ୍ରଣବ (ଓଁ) ସଂଯୁକ୍ତ ଅଛି । ଗୋଟିଏ ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବା ମଧ୍ୟରେ ମନେ ମନେ ତିନିଥର ଗାୟତ୍ରୀ ଉଚ୍ଚାରଣ କରିବାକୁ ହୁଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ପ୍ରାଣାୟାମ ତିନି ଭାଗରେ ବିଭକ୍ତ ବୋଲି କଥିତ ଅଛି; ଯଥା— ରେଚକ (ବାହାରକୁ ଶ୍ୱାସତ୍ୟାଗ) ପୂରକ (ଶ୍ୱାସଗ୍ରହଣ) ଓ କୁମ୍ଭକ (ଭିତରେ ଧାରଣ କରିବା) । ଅନୁଭୂତିର ଯନ୍ତ୍ର ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ବହିର୍ମୁଖ ହୋଇ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି ଓ ବାହାର ବସ୍ତୁର

ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସୁଛନ୍ତି । ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ଆଣିବାକୁ 'ପ୍ରତ୍ୟାହାର' କହନ୍ତି, ଅଥବା ନିଜ ଆଡ଼କୁ ସଂଗ୍ରହ ବା ଆହରଣ କରିବା ମଧ୍ୟ ପ୍ରତ୍ୟାହାର ଶବ୍ଦର ଅର୍ଥ ହୋଇପାରେ ।

ହୃଦୟ-ପଦ୍ମ ମସ୍ତିଷ୍କ ବା ଦେହର ଅନ୍ୟ କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ମନକୁ ସ୍ଥିର ରଖିବାର ନାମ 'ଧାରଣା' । ମନକୁ ଏକ ସ୍ଥାନରେ ସଂଲଗ୍ନ ରଖି, ସେହି ସ୍ଥାନଟିକୁ ଭିତ୍ତିରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରି ଏକ ବିଶେଷ ପ୍ରକାର ବୃତ୍ତିତରଙ୍ଗ ଉତ୍‌ଥିତ କରାଯାଇ ପାରେ । ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପ୍ରକାର ତରଙ୍ଗ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଗ୍ରାସ କରିପାରେ ନାହିଁ । କ୍ରମଶଃ ଏଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରବଳତର ହେଉଥାଏ । ଅନ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ଦୂରକୁ ଘୁଞ୍ଚିଯାଏ—ପରିଶେଷରେ ଅନ୍ତର୍ହିତ ହୁଏ । ଏହି ବହୁ ବୃତ୍ତିର ନାଶ ହୋଇ ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ବୃତ୍ତି ଅବଶିଷ୍ଟ ରହେ । ଏହାକୁ 'ଧ୍ୟାନ' କହନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଅବଲମ୍ବନର ପ୍ରୟୋଜନ ରହେ ନାହିଁ, ସମଗ୍ର ମନ ସେତେବେଳେ ଗୋଟିଏ ତରଙ୍ଗରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ମନର ଏକରୂପତାର ନାମ 'ସମାଧି' । ସେତେବେଳେ କୌଣସି ବିଶେଷ ସ୍ଥାନ ବା କେନ୍ଦ୍ରର ପ୍ରୟୋଜନ ହୁଏ ନାହିଁ । ସେଗୁଡ଼ିକର ସାହାଯ୍ୟ ବ୍ୟତୀତ ଧ୍ୟେୟ ବସ୍ତୁର କେବଳ ଭାବମାତ୍ର ଅବଶିଷ୍ଟ ଥାଏ । ଯଦି ମନକୁ କୌଣସି କେନ୍ଦ୍ରରେ ବାର ସେକେଣ୍ଡ ପାଇଁ ସ୍ଥିର କରି ରଖାଯାଏ, ସେଥିରେ ଗୋଟିଏ 'ଧାରଣା' ହେବ; ଏହିପରି ବାରଟି ଧାରଣା ହେଲେ ଗୋଟିଏ 'ଧ୍ୟାନ' ଏବଂ ଧ୍ୟାନ ଦ୍ୱାଦଶ ଗୁଣ ହେଲେ ଗୋଟିଏ ସମାଧି ହେବ ।

ଯେଉଁଠାରେ ଅଗ୍ନି ବା ଜଳରୁ କୌଣସି ବିପଦ ରହିଛି, ଶୁଷ୍କପତ୍ରାକୀର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିରେ, ବଲ୍ମୀକପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ଥାନରେ, ବନ୍ୟ ଜନ୍ତୁ-ସମାକୁଳ ବନରେ, ଯେଉଁଠି ବିପଦାଶଙ୍କା ଅଛି, ଏପରି ସ୍ଥାନରେ, ଚତୁଷ୍ପଥରେ, ଅତିଶୟ କୋଳାହଳପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ଥାନରେ, ଅଥବା ଯେଉଁଠି ବହୁ ଦୁର୍ଜନଙ୍କ ବାସ, ସେ ସ୍ଥାନରେ ଯୋଗ ସାଧନା କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଏହି ବ୍ୟବସ୍ଥା ବିଶେଷ ଭାବରେ ଭାରତବର୍ଷ ପକ୍ଷରେ ପ୍ରଯୋଜ୍ୟ । ଯେତେବେଳେ ଶରୀର ଅତିଶୟ କ୍ଲାନ୍ତ ବା ଅସୁସ୍ଥ ଥାଏ ଅଥବା ମନ ଯେତେବେଳେ ଦୁଃଖପୂର୍ଣ୍ଣ ଓ ବିଷଣ୍ଣ ଥାଏ, ସେତେବେଳେ ସାଧନା କରିବ ନାହିଁ । ଅତି ସଂଗୁପ୍ତ ଓ ନିର୍ଜନ ସ୍ଥାନରେ, ଯେଉଁଠି କେହି ତୁମକୁ ବିରକ୍ତ କରିବାକୁ ଆସିବେ ନାହିଁ, ଏପରି ସ୍ଥାନକୁ ଯାଇ ସାଧନା କରିବ । କୌଣସି ଅଶୁଚି ସ୍ଥାନ ଧ୍ୟାନ ପାଇଁ ନିର୍ବାଚନ କର ନାହିଁ, ବରଂ ସୁନ୍ଦର ଦୃଶ୍ୟଯୁକ୍ତ ସ୍ଥାନରେ ଅଥବା ତୁମ ନିଜ ଗୃହରେ ଗୋଟିଏ ପରିଷ୍କାର ସ୍ଥାନରେ ବସି ଧ୍ୟାନ କରିବ । ପ୍ରଥମେ ପ୍ରାଚୀନ ଯୋଗୀଗଣଙ୍କୁ, ତୁମର ନିଜ ଗୁରୁଙ୍କୁ ଓ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପ୍ରଣାମ କରି ସାଧନରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେବ ।

ଧ୍ୟାନର କଥା ପୂର୍ବେ ଉଲ୍ଲିଖିତ ହୋଇଅଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଧ୍ୟାନର ପ୍ରଣାଳୀ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଅଛି । ଠିକ୍ ସରଳଭାବେ ଉପବେଶନ କରି ନିଜ ନାସିକାର ଅଗ୍ର ଭାଗରେ ଦୃଷ୍ଟି ନିବଦ୍ଧ ରଖ । କ୍ରମଶଃ ଜାଣିପାରିବ, କିପରି ଭାବରେ ଏହାଦ୍ୱାରା ମନ ଏକାଗ୍ର ହୁଏ । ଦର୍ଶନେନ୍ଦ୍ରିୟର ସ୍ନାୟୁଗୁଡ଼ିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରି ପ୍ରକ୍ରିୟାର କେନ୍ଦ୍ରଭୂମିକୁ ମଧ୍ୟ ଆୟତ୍ତକୁ ଅଣାଯାଏ; ଏହି ଭାବରେ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ଅନେକ ପରିମାଣରେ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୁଏ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଧ୍ୟାନର କଥା କୁହାଯାଉଛି । କଳ୍ପନା କର ମସ୍ତକରୁ କିଞ୍ଚିତ୍ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଗୋଟିଏ ପଦ୍ମ ରହିଅଛି, ଧର୍ମ ତାହାର କେନ୍ଦ୍ର, ଜ୍ଞାନ ଏହାର ମୃଣାଳ, ଯୋଗୀଙ୍କ ଅଷ୍ଟସିଦ୍ଧି ଏହି ପଦ୍ମର ଅଷ୍ଟଦଳ, ଆଉ ବୈରାଗ୍ୟ ତାହାର ଅଭ୍ୟନ୍ତରସ୍ଥ କର୍ଣ୍ଣିକା । ଯଦି ଯୋଗୀ (ଅଷ୍ଟସିଦ୍ଧି) ପରିତ୍ୟାଗ କରିପାରନ୍ତି, ତେବେ ଯାଇ ସେ ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରିବେ । ଏହି କାରଣରୁ ଅଷ୍ଟସିଦ୍ଧିକୁ ବାହାରର ଅଷ୍ଟଦଳ ରୂପେ ଏବଂ ଅଭ୍ୟନ୍ତରସ୍ଥ କର୍ଣ୍ଣିକାକୁ ପର-

ବୈରାଗ୍ୟ ଅର୍ଥାତ୍ ଅଷ୍ଟସିଦ୍ଧିରେ ଥିବା 'ବୈରାଗ୍ୟ' ବୋଲି ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି । ଏହି ପଦ୍ମର ଅଭ୍ୟନ୍ତରରେ ହିରଣ୍ମୟ, ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍, ଅସ୍ପର୍ଶ୍ୟ, ଓଁକାରବାଚ୍ୟ, ଅବ୍ୟକ୍ତ, ଜ୍ୟୋତିର୍ମଣ୍ଡଳ ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତୀ ପୁରୁଷଙ୍କର ଧ୍ୟାନ କର । ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାର ଧ୍ୟାନର କଥା କଥିତ ହେଉଅଛି । ଚିନ୍ତା କର, ତୁମ ହୃଦୟ ମଧ୍ୟରେ ଆକାଶ ରହିଅଛି, ଆଉ ଏହି ଆକାଶ ମଧ୍ୟରେ ଗୋଟିଏ ଅଗ୍ନିଶିଖା ଜଳୁଅଛି, ଏହି ଶିଖାକୁ ନିଜ ଆତ୍ମାରୂପେ ଚିନ୍ତା କର, ପୁଣି ଏହି ଶିଖାର ଅଭ୍ୟନ୍ତରରେ ଏକ ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ ଆଲୋକର ଚିନ୍ତା କର; ତାହା ତୁମ ଆତ୍ମାର ଆତ୍ମା—ପରମାତ୍ମା ବା ଈଶ୍ୱର । ହୃଦୟରେ ଏହିପରି ଧ୍ୟାନ କର । ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ, ଅହିଂସା ଅର୍ଥାତ୍ ସମସ୍ତଙ୍କୁ—ଏପରି କି ମହାଶତ୍ରୁକୁ ମଧ୍ୟ କ୍ଷମା କରିବା, ସତ୍ୟ, ଆସ୍ତିକତା ପ୍ରଭୃତି ବିଭିନ୍ନ ବୃତ୍ତି ବା ବ୍ରତସ୍ୱରୂପ । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ସବୁଗୁଡ଼ିକରେ ଯଦି ତୁମେ ସିଦ୍ଧ ହୋଇ ନ ପାର, ତା'ହେଲେ ଦୁଃଖିତ ବା ଭୀତ ହୁଅ ନାହିଁ । ଚେଷ୍ଟା କରିଯାଅ, କ୍ରମେ କ୍ରମେ ସବୁଗୁଡ଼ିକ ଆସିବ । ବିଷୟାସକ୍ତି, ଭୟ ଓ କ୍ରୋଧ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଭଗବଦ୍‌ଭାବନାରେ ଯେ ତନ୍ମୟ ହୋଇଛନ୍ତି, ତାଙ୍କର ଶରଣାଗତ ହୋଇଛନ୍ତି, ଯାହାଙ୍କର ହୃଦୟ ପବିତ୍ର ହୋଇଯାଇଛି, ସେ ଭଗବାନଙ୍କ ନିକଟରେ ଯାହା ଚାହାଁନ୍ତି, ଭଗବାନ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ତାହା ପୂରଣ କରିଦିଅନ୍ତି । ଅତଏବ ତାହାଙ୍କୁ ଜ୍ଞାନ, ଭକ୍ତି ଅଥବା ବୈରାଗ୍ୟ ସାହାଯ୍ୟରେ ଉପାସନା କର ।

ଯେ କାହାକୁ ହେଲେ ଘୃଣା କରନ୍ତି ନାହିଁ, ଯେ ସମସ୍ତଙ୍କର ମିତ୍ର, ଯେ ସମସ୍ତଙ୍କ ପ୍ରତି କରୁଣାସମ୍ପନ୍ନ, ଯାହାଙ୍କର ନିଜସ୍ୱ ବୋଲି କିଛି ନାହିଁ, ଯେ ସୁଖଦୁଃଖରେ ସମଭାବାପନ୍ନ, ଧୈର୍ଯ୍ୟଶୀଳ, ଅହଂକାରରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇଛନ୍ତି, ସର୍ବଦା ସନ୍ତୁଷ୍ଟ, ଯେ ସର୍ବଦା ଯୋଗଯୁକ୍ତ ହୋଇ କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତି, ଯତାତ୍ମା ଓ ଦୃଢ଼-ନିଶ୍ଚୟ, ଯାହାଙ୍କ ମନ ଓ ବୁଦ୍ଧି ମୋ ପ୍ରତି ଅର୍ପିତ ହୋଇଛି, ସେ ହିଁ ମୋର ପ୍ରିୟ ଭକ୍ତ । ଯାହାଙ୍କଦ୍ୱାରା ଲୋକେ ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ, ଯେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ, ଯେ ଅତିରିକ୍ତ ହର୍ଷ, କ୍ରୋଧ, ଦୁଃଖ, ଭୟ ଓ ଉଦ୍‌ବେଗ ର ମୁକ୍ତ, ଏହିପରି ଭକ୍ତ ହିଁ ମୋର ପ୍ରିୟ । ଯେ ନିଃସ୍ପୃହ, ଯେ ଶୁଚି, ଦକ୍ଷ, ସୁଖଦୁଃଖରେ ଉଦାସୀନ, ଯାହାଙ୍କର ଦୁଃଖ ବିଗତ ହୋଇଅଛି, ଯେ ନିଜ ପାଇଁ ସକଳ କର୍ମଚେଷ୍ଟା ତ୍ୟାଗ କରିଛନ୍ତି, ଯେ ନିନ୍ଦା ଓ ସ୍ତୁତିରେ ତୁଲ୍ୟଭାବାପନ୍ନ, ମୌନୀ, ଯାହା ପାଆନ୍ତି ସେଥିରେ ହିଁ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ, ଗୃହଶୂନ୍ୟ—ଯାହାଙ୍କର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କୌଣସି ଗୃହ ନାହିଁ, ସମଗ୍ର ଜଗତ୍ ହିଁ ଯାହାଙ୍କର ଗୃହ, ଯାହାଙ୍କର ବୁଦ୍ଧି ସ୍ଥିର, ଏହିପରି ବ୍ୟକ୍ତି ହିଁ ମୋର ଭକ୍ତ, କେବଳ ଏହିପରି ବ୍ୟକ୍ତି ଯୋଗୀ ହୋଇପାରନ୍ତି ।*

ନାରଦ ନାମକ ଜଣେ ମହାନ୍ ଦେବର୍ଷି ଥିଲେ । ଯେପରି ମନୁଷ୍ୟଙ୍କମଧ୍ୟରେ ଜଣେ ଋଷି ଅର୍ଥାତ୍ ବଡ଼ ବଡ଼ ଯୋଗୀ ଥାଆନ୍ତି, ସେହିପରି ଦେବତାମାନଙ୍କ ଭିତରେ ମଧ୍ୟ ବଡ଼ ବଡ଼ ଯୋଗୀ ଅଛନ୍ତି । ନାରଦ ସେହିପରି ଜଣେ ମହାଯୋଗୀ ଥିଲେ । ସେ ସର୍ବତ୍ର ଭ୍ରମଣ କରୁଥାଆନ୍ତି । ଦିନେ ସେ ଏକ ଅରଣ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଯାଉ ଯାଉ ସେଠାରେ ଦେଖିଲେ ଜଣେ ଲୋକ ଧ୍ୟାନ କରୁଛନ୍ତି । ସେ ଏତେ ଗଭୀର ଭାବରେ ଧ୍ୟାନ କରୁଛନ୍ତି; ଏତେ ଦୀର୍ଘଦିନ ଏକାସନରେ ଉପବିଷ୍ଟ ରହିଛନ୍ତି ଯେ, ତାଙ୍କ ଚାରିପଟେ ପ୍ରକାଣ୍ଡ ବଲ୍ମୀକସ୍ତୁପ ନିର୍ମିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ସେ ନାରଦଙ୍କୁ କହିଲେ, 'ପ୍ରଭୋ, ଆପଣ କେଉଁଠାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି ?' ନାରଦ ଉତ୍ତର

* ଗୀତା—୧୨ / ୧୩-୧୯

ଦେଲେ, 'ବୈକୁଣ୍ଠକୁ ଯାଉଛି ।' ସେତେବେଳେ ସେ କହିଲେ, 'ଭଗବାନଙ୍କୁ ପଚାରିବେ, ସେ କେବେ ମୋ ଉପରେ କୃପା କରିବେ, କେବେ ମୁଁ ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରିବି ?' ଆଉ କିଛିଦୂର ଯାଇ ନାରଦ ଅନ୍ୟ ଜଣେ ଲୋକଙ୍କୁ ଦେଖିଲେ । ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ଲମ୍ଫଝମ୍ପ, ନୃତ୍ୟଗୀତାଦି କରୁଥିଲେ, ସେ ମଧ୍ୟ ପଚାରିଲେ, 'ହେ ନାରଦ! କୁଆଡ଼େ ଯାଉଛ ?' ତାଙ୍କର କଣ୍ଠସ୍ୱର ଓ ଭାବ ଭଙ୍ଗୀ ପାଗଳ ପରି । ନାରଦ ତାଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ କହିଲେ, 'ସ୍ୱର୍ଗକୁ ଯାଉଛି ।' ସେ କହିଲେ, 'ତାହାହେଲେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପଚାରିବ, ମୁଁ କେବେ ମୁକ୍ତ ହେବି ।' ନାରଦ ଚାଲିଗଲେ । ଦିନେ ନାରଦ ପୁଣି ସେହି ପଥରେ ଫେରିବା ସମୟରେ ବଲ୍ମୀକି-ସ୍ତୁପ ଭିତରେ ଧ୍ୟାନସ୍ଥ ସେହି ଯୋଗୀଙ୍କୁ ଦେଖିଲେ । ସେ ପଚାରିଲେ, 'ଦେବର୍ଷି, ଆପଣ କଅଣ ମୋ କଥା ଭଗବାନଙ୍କୁ ପଚାରିଥିଲେ ?' 'ହଁ, ନିଶ୍ଚୟ ପଚାରିଥିଲି ।' 'ସେ କଅଣ କହିଲେ ?' ନାରଦ ଉତ୍ତର ଦେଲେ, 'ଭଗବାନ କହିଲେ—ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ତୁମକୁ ଆହୁରି ଚାରି ଜନ୍ମ ଲାଗିବ ।' ସେ କଥା ଶୁଣି ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଳାପ ଓ ଆର୍ତ୍ତନାଦ କରି କହିଲେ, 'ମୁଁ ଏତେ ଧ୍ୟାନ କରିଛି ଯେ, ମୋ ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ବଲ୍ମୀକ-ସ୍ତୁପ ହୋଇଯାଇଛି, ଏବେ ମଧ୍ୟ ମୋର ଚାରି ଜନ୍ମ ଅବଶିଷ୍ଟ!' ନାରଦ ଏହା ଶୁଣି ଅପର ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ନିକଟକୁ ଗଲେ । ସେ ପଚାରିଲେ, 'ମୋ କଥା କଅଣ ପଚାରିଥିଲେ ?' ନାରଦ କହିଲେ, 'ହଁ, ତୁମ ସମ୍ମୁଖରେ ଯେଉଁ ତେନ୍ତୁଳି ଗଛ ଦେଖୁଛ, ଏହି ଗଛରେ ଯେତେଗୁଡ଼ିଏ ପତ୍ର ଅଛି, ତୁମକୁ ସେତିକି ଥର ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହେବ । ତେବେ ଯାଇ ତୁମେ ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରିବ ।' ଏହି କଥା ଶୁଣି ସେ ଆନନ୍ଦରେ ନୃତ୍ୟ କରିବାକୁ ଲାଗିଲେ ଓ କହିଲେ 'ଏତେ ଅଳ୍ପ ସମୟରେ ମୁଁ ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରିବି !' ସେତିକିବେଳେ ଏକ ଦୈବବାଣୀ ହେଲା, 'ବତ୍ସ, ତୁମେ ଏହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ହିଁ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିବ ।' ଗଳ୍ପର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି, ଗଭୀର ଅଧ୍ୟବସାୟସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥିବା ହେତୁ ଏହି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ଏତେ ଶୀଘ୍ର ମୁକ୍ତିଲାଭ ହେଲା । ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ବହୁ ଜନ୍ମ ସାଧନ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଥିଲେ । କିଛିହେଲେ ତାହାଙ୍କୁ ନିରୁଦ୍ୟମ କରିପାରି ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରଥମ ବ୍ୟକ୍ତି ଚାରି ଜନ୍ମ କଥା ଶୁଣି ହତୋତ୍ସାହ ହୋଇଥିଲେ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ମୁକ୍ତି ପାଇଁ ଶତ ଶତ ଯୁଗ ଅପେକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଥିଲେ, ତାଙ୍କ ଭଳି ଅଧ୍ୟବସାୟ ସମ୍ପନ୍ନ ହେଲେ ଉଚ୍ଚତମ ଫଳ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ ।

ପାତଞ୍ଜଳ—ଯୋଗସୂତ୍ର

ଉପକ୍ରମଣିକା

ଯୋଗସୂତ୍ରର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ପୂର୍ବରୁ, ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ଧର୍ମମତ ଯେଉଁ ଭିତ୍ତି ଉପରେ ସ୍ଥାପିତ, ମୁଁ ସେହି ପ୍ରଶ୍ନଟିକୁ ଆଲୋଚନା କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବି । ଜଗତରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ମନୀଷୀବୃନ୍ଦ ଏ ବିଷୟରେ ଏକମତ ବୋଲି ମନେହୁଏ, ଆଉ ଜଡ଼ ପ୍ରକୃତିର ଅନୁସନ୍ଧାନ ଫଳରେ ଏହା ଏକ ପ୍ରକାର ପ୍ରମାଣ ହୋଇଯାଇଛି ଯେ, ଆମେ ଆମର ବର୍ତ୍ତମାନ ସବିଶେଷ ଭାବର ପଶ୍ଚାତରେ ଅବସ୍ଥିତ ଏକ ନିର୍ବିଶେଷ ଭାବର ବହିଃପ୍ରକାଶ ମାତ୍ର । ପୁନଶ୍ଚ ସେହି ନିର୍ବିଶେଷ ଭାବକୁ ପ୍ରତ୍ୟାବୃତ୍ତ ହେବା ପାଇଁ ଆମେ କ୍ରମାଗତ ଅଗ୍ରସର ହେଉଅଛୁ । ଏହା ସ୍ୱୀକାର କଲେ ପ୍ରଶ୍ନ ହେଉଛି ଯେ ଉକ୍ତ ନିର୍ବିଶେଷ ଅବସ୍ଥା କଅଣ ବର୍ତ୍ତମାନ ଅବସ୍ଥାଠାରୁ ଉଚ୍ଚତର ? ଏପରି ଲୋକମାନଙ୍କର ଅଭାବ ନାହିଁ, ଯେଉଁମାନେ ମନେକରନ୍ତି ଯେ ଏହି ବ୍ୟକ୍ତ ଅବସ୍ଥା ମନୁଷ୍ୟର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଅବସ୍ଥା । ଅନେକ ମନୀଷୀଙ୍କର ମତ ହେଉଛି, ଆମେ ଏକ ନିର୍ବିଶେଷ ସତ୍ତାର ବ୍ୟକ୍ତଭାବ ମାତ୍ର ଏବଂ ନିର୍ବିଶେଷ ଅବସ୍ଥା ଅପେକ୍ଷା ଏହି ସବିଶେଷ ଅବସ୍ଥା ଶ୍ରେଷ୍ଠ । ସେମାନେ ମନେ କରନ୍ତି ଯେ ନିର୍ବିଶେଷ ସତ୍ତା ନିର୍ଗୁଣ, ସୁତରାଂ ଏହା ଅଚୈତନ୍ୟ, ଜଡ଼ ଓ ପ୍ରାଣଶୂନ୍ୟ । ସେମାନେ ଆହୁରି ମନେକରନ୍ତି ଯେ ଏହି ଜୀବନରେ ସୁଖଭୋଗ କରିବା ସମ୍ଭବ, ସୁତରାଂ ଏଥିରେ ଆମେ ଆସକ୍ତ ହେବା ଉଚିତ । ତେଣୁ ପ୍ରଥମେ ହିଁ ଆମେ ଅନୁସନ୍ଧାନ କରିବାକୁ ଚାହୁଁ, ଜୀବନ-ସମସ୍ୟାର ଆଉ କଅଣ ସମାଧାନ ଅଛି ? ଏ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଏକ ପ୍ରାଚୀନ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ହେଉଛି, ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ମନୁଷ୍ୟ ପୂର୍ବ ଭଳି ଥାଏ, ତେବେ ତାର ଅଶୁଭଗୁଡ଼ିକ ରହେ ନାହିଁ, କେବଳ ଯେଉଁଗୁଡ଼ିକ ଶୁଭ ସେଗୁଡ଼ିକ ଚିରକାଳ ପାଇଁ ରହିଯାଏ । ଯୁକ୍ତି ବା ନ୍ୟାୟର ଭାଷାରେ ଏହା ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୁଏ ଯେ, ମନୁଷ୍ୟର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଏହି ଜଗତ । ଏହି ଜଗତର ମନ୍ଦ ଅଂଶକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କଲେ ଯାହା ରହେ, ତାହାକୁ ହିଁ ସ୍ୱର୍ଗ କହନ୍ତି । ଏହି ମତଟି ଯେ ଅସମ୍ଭବ ତାହା ଅତି ସହଜରେ ବୁଝାଯାଏ । ଭଲ ନାହିଁ ଅଥଚ ମନ୍ଦ ଅଛି, କିମ୍ବା ମନ୍ଦ ନାହିଁ ଅଥଚ ଭଲ ଅଛି—ଏହା ଅସମ୍ଭବ । ମନ୍ଦ ବୋଲି କିଛି ନାହିଁ, ସବୁ ଭଲ—ଏପରି ଜଗତରେ ବାସ କରିବାର କଳ୍ପନାକୁ ଭାରତୀୟ ନୈୟାୟିକଗଣ 'ଆକାଶକୁସୁମ' ତୁଲ୍ୟ ବୋଲି ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଛନ୍ତି । ଆଧୁନିକ ଯୁଗରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ମତ କେହି କେହି ଉପସ୍ଥାପନ କରନ୍ତି । ମନୁଷ୍ୟ ଉନ୍ନତି କରିବ, ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ପହଞ୍ଚିବାର ଆପ୍ରାଣ ଚେଷ୍ଟା କରିବ; କିନ୍ତୁ କେବେହେଲେ ସେହି ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ପହଞ୍ଚିପାରିବ ନାହିଁ । ଏହି ମତ ଅତି ଉପାଦେୟ ବୋଲି ବୋଧ ହେଲେ ସୁଦ୍ଧା ଏହା ଅସମ୍ଭବ; କାରଣ ସରଳରେଖାରେ କୌଣସି ଗତି ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ସମୁଦାୟ ଗତି ବୃତ୍ତାକାରରେ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ତୁମେ ଖଣ୍ଡିଏ ପ୍ରସ୍ତର ନିକ୍ଷେପ କର ଏବଂ ଯଦି ତୁମେ ଦୀର୍ଘକାଳ ବଞ୍ଚିରହ ଓ ପ୍ରସ୍ତରଟି ମଧ୍ୟ କୌଣସି ବାଧା ନ ପାଏ, ତେବେ ତାହା ଠିକ୍ ହାତକୁ ଫେରି ଆସିବ । ଗୋଟିଏ ସରଳରେଖା ଅସୀମ ବର୍ଦ୍ଧିତ ହେଲେ ଏହା ଗୋଟିଏ ବୃତ୍ତରେ ପରିଣତ ହେବ । ଅତଏବ ବାଧାହୀନ ଉନ୍ନତି ଏକ ଅସମ୍ଭବ କଥା । ଅପ୍ରାସଙ୍ଗିକ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ମୁଁ ମନ୍ତବ୍ୟ କରିବି, 'କାହାରିକୁ ଘୃଣା କର ନାହିଁ, ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଭଲ ପାଅ'—ନୀତିଶାସ୍ତ୍ରର ଏହି ମତବାଦଟିକୁ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ମତଦ୍ୱାରା ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରାଯାଇପାରେ ।

ଯେପରି କି ତଡ଼ିତ୍ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଧୁନିକ ମତ ହେଉଛି, ଏହି ଶକ୍ତି ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଆଧାର ଯନ୍ତ୍ର, (Dynamo) ରୁ ବହିର୍ଗତ ହୋଇ ପୁନଶ୍ଚ ସେହି ଯନ୍ତ୍ରକୁ ପ୍ରତ୍ୟାବୃତ୍ତ ହୁଏ—ଘୃଣା ଓ ଭଲ ପାଇବା ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ଅନୁରୂପ । ସମଗ୍ର ଶକ୍ତି ପୁଣି ତାର ଉତ୍ସକୁ ଫେରିଆସିବ । ଅତଏବ କାହାରିକୁ ଘୃଣା କର ନାହିଁ, କାରଣ ଯେଉଁ ଘୃଣା ତୁମଠାରୁ ନିର୍ଗତ ହେବ, ତାହା ତୁମ ନିକଟକୁ ହିଁ ଫେରିଆସିବ । ଯଦି ତୁମେ ଭଲ ପାଅ ତେବେ ସେହି ଭଲପାଇବା ମଧ୍ୟ ତୁମ ନିକଟକୁ ଫେରି ଆସିବ । ଏହା ନିଶ୍ଚିତ ଯେ, ମନୁଷ୍ୟର ଅନ୍ତଃକରଣରୁ ଘୃଣା ବହିର୍ଗତ ହୋଇ ତାହା ପୁଣି ଫେରିଆସେ । କେହି ଏହାର ଗତିରୋଧ କରିପାରିବେ ନାହିଁ । ଠିକ୍ ସେହି ଭାବରେ ପ୍ରେମ ଓ ମୈତ୍ରୀର ଭାବ ଆମ ନିକଟକୁ ଫେରିଆସିବ ।

ଅନନ୍ତ ଉନ୍ନତିବିଷୟକ ଧାରଣା ଯେ ଅସମ୍ଭବ, ତାହା ଅନେକ ଯୁକ୍ତିଦ୍ୱାରା ପ୍ରମାଣିତ କରାଯାଇପାରେ । ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ପ୍ରମାଣ ହେଉଅଛି—ବିନାଶ ସକଳ ପାର୍ଥିବ ବସ୍ତୁର ଚରମ ଗତି । ଆମମାନଙ୍କର ନାନା ପ୍ରକାର ଚେଷ୍ଟା, ଆମମାନଙ୍କର ଆଶା, ଭୟ, ସୁଖ—ଏ ସବୁର ପରିଣାମ କଅଣ ?— ମୃତ୍ୟୁ ହିଁ ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କର ଚରମ ପରିଣାମ । ଏହା ଅତି ସୁନିଶ୍ଚିତ । ତେବେ ଅନନ୍ତ ଉନ୍ନତି ବିଷୟକ ପ୍ରଶ୍ନର କଅଣ ସମାଧାନ ହେଲା ? କିଛି ଦୂର ଯିବା, ପୁଣି ଯେଉଁଠାରୁ ଗତି ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା, ସେହି ସ୍ଥାନକୁ ଫେରିଆସିବା । ନୀହାରିକା (Nebulae)ରୁ ସୂର୍ଯ୍ୟ, ଚନ୍ଦ୍ର, ତାରକା ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଉଛନ୍ତି, ପୁଣି ନୀହାରିକାରେ ଲୀନ ହେଉଛନ୍ତି । ସର୍ବତ୍ର ଏପରି ଚାଲିଛି । ଉଦ୍ଭିଦ ମୃତ୍ତିକାରୁ ଉପାଦାନ ସଂଗ୍ରହ କରୁଅଛି, ପରେ ପୁଣି ସବୁ ମାଟିକୁ ଫେରିଆସୁଛି । ପରମାଣୁରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇ ସବୁକିଛି ପୁଣି ସେହି ପରମାଣୁ ଅବସ୍ଥାକୁ ଫେରିଯାଉଛି ।

ଗୋଟିଏ ନିୟମ ଯେ, ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ବିଭିନ୍ନ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ, ତାହା ହୋଇ ନ ପାରେ । ନିୟମ ସର୍ବତ୍ର ଏକ ପ୍ରକାର । ଏହା ସୁନିଶ୍ଚିତ । ପ୍ରକୃତିର ନିୟମ ଯଦି ଏପରି ହୁଏ, ତାହାହେଲେ ଅନ୍ତର୍ଜଗତ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ଏ ନିୟମ ପ୍ରଯୋଜ୍ୟ ହେବ । ଚିନ୍ତା ତାହାର ଉତ୍ପତ୍ତି ସ୍ଥାନରେ ଲୟ ହେବ । ଆମେ ଇଚ୍ଛା କରୁ ବା ନ କରୁ ଆମମାନଙ୍କୁ ଆମର ଦିନେ ସେହି ପରମସତ୍ତା ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ନିକଟକୁ ଫେରିଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଆମେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କଠାରୁ ଆସିଅଛୁ, ଆମମାନଙ୍କୁ ପୁନରାୟ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପାଖକୁ ଫେରିଯିବାକୁ ହେବ । ତାଙ୍କୁ ଯେଉଁ ନାମରେ ଡାକ ନା କାହିଁକି—ତାଙ୍କୁ 'ଗଡ୍' ବା 'ଈଶ୍ୱର' କହ, ନିର୍ବିଶେଷ ବା ପରମସତ୍ତା କହ, ଅଥବା ପ୍ରକୃତି କହ, କିଛି ଯାଏ ଆସେ ନାହିଁ । 'ଯାହାଙ୍କଠାରୁ ସମୁଦାୟ ଜଗତ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଅଛି, ଯାହାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀ ଅବସ୍ଥାନ କରୁଛନ୍ତି ଓ ଯାହାଙ୍କ ନିକଟକୁ ପୁଣି ସବୁ କିଛି ଫେରିଯିବ ।'* ପ୍ରକୃତି ସର୍ବତ୍ର ନିୟମରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଗୋଟିଏ ସ୍ତରରେ ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି, ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସ୍ତରରେ ମଧ୍ୟ ତାହା ହିଁ ପୁନରାବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଥାଏ । ବୃହତ୍ ତରଙ୍ଗ କ୍ଷୁଦ୍ର କ୍ଷୁଦ୍ର ବହୁ ତରଙ୍ଗର ଏକ ସମଷ୍ଟି ମାତ୍ର । ଜାଗତିକ ଜୀବନ କହିଲେ ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ କ୍ଷୁଦ୍ର ଜୀବନର ସମଷ୍ଟିକୁ ହିଁ ବୁଝାଏ ।

---

* 'ଯତୋ ବା ଇମାନି ଭୂତାନି ଜାୟନ୍ତେ । ଯେନ ଜାତାନି ଜୀବନ୍ତି । ଯତପ୍ରୟନ୍ତ୍ୟଭିସଂବିଶନ୍ତି'
—ତୈତ୍ତିରୀୟ ଉପ, ୩।୧

ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠୁଛି—ଭଗବାନଙ୍କ ନିକଟକୁ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କରିବା ଅପେକ୍ଷା ଉଚ୍ଚତର ଅବସ୍ଥା ଅଛି କି ନାହିଁ? ଯୋଗମତାବଲମ୍ବୀ ଦାର୍ଶନିକଗଣ ଏ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତରରେ କହନ୍ତି, 'ଏହା ହିଁ ଉଚ୍ଚତମ ଅବସ୍ଥା ।' ଜଗତରେ ଏପରି କୌଣସି ଧର୍ମ ନାହିଁ, ଯାହା କହେ—ମନୁଷ୍ୟ ପୂର୍ବେ ଯାହା ଥିଲା ତଦପେକ୍ଷା ବର୍ତ୍ତମାନ ଆହୁରି ଉନ୍ନତ । ଅର୍ଥାତ୍ ଆଦ୍ୟାବସ୍ଥାରେ ମନୁଷ୍ୟ ଶୁଦ୍ଧ ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଥିଲା, ପରେ କ୍ରମାଗତ ଅବନତ ହେଲା । ପରେ ଏପରି ଏକ ସମୟ ଆସିବ ଯେତେବେଳେ ସେ ପୁଣି ଉଠିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିବ ଏବଂ ବୃତ୍ତ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କରି ପୂର୍ବ ସ୍ଥାନରେ ଉପନୀତ ହେବ । ବୃତ୍ତାକାର ଗତି ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବାକୁ ହିଁ ହେବ । ମନୁଷ୍ୟ ଯେତେ ନୀଚକୁ ଯାଉ ନା କାହିଁକି, ଶେଷରେ ତାକୁ ଆଦି-କାରଣ ଭଗବାନଙ୍କ ନିକଟକୁ ଫେରିଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ମନୁଷ୍ୟ ଭଗବାନଙ୍କଠାରୁ ଆସିଛି, ବର୍ତ୍ତମାନ ମନୁଷ୍ୟ ହୋଇଅଛି, ପରିଶେଷରେ ପୁଣି ଭଗବାନଙ୍କ ନିକଟକୁ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କରିବ । ଦ୍ୱୈତବାଦର ମତ ଅନୁଯାୟୀ ତତ୍ତ୍ୱକୁ ଏହି ଭାବରେ ବ୍ୟକ୍ତ କରାଯାଏ । ଅଦ୍ୱୈତବାଦର ଭାଷାରେ କହିବାକୁ ହେବ—ମନୁଷ୍ୟ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମ, ତେଣୁ ପୁନରାୟ ସେ ବ୍ରହ୍ମଭାବ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ଆମମାନଙ୍କର ବର୍ତ୍ତମାନ ଅବସ୍ଥା ଉଚ୍ଚତର ଅବସ୍ଥା ହୁଏ, ତାହେଲେ ଜଗତରେ ଏତେ ଦୁଃଖ କଷ୍ଟ ରହିଅଛି କାହିଁକି? ପୁନଶ୍ଚ ବିନାଶପ୍ରାପ୍ତ କାହିଁକି ହୁଏ? ଯଦି ଏହା ଉଚ୍ଚତର ଅବସ୍ଥା ହୁଏ, ତେବେ ଏହାର ଶେଷ ହୁଏ କାହିଁକି? ଯାହା ବିକୃତ ଓ ଅବନତ, ତାହା କେବେହେଲେ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଅବସ୍ଥା ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଜଗତ ଏତେ ପୈଶାଚିକଭାବାପନ୍ନ କାହିଁକି? ଏ ବିଷୟରେ ଏତିକି କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ, ଏହା ଭିତର ଦେଇ ଆମେ ଗୋଟିଏ ଉଚ୍ଚତର ପଥକୁ ଯାଉଛୁ? ନବଜୀବନ ଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଭିତର ଦେଇ ଅଗ୍ରସର ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ମାଟିରେ ବୀଜ ପୋତିଦିଅ, ତାହା ବିଶ୍ଳିଷ୍ଟ ହୋଇ କିଛିଦିନ ପରେ ମାଟିରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ମିଶିଯିବ, ପୁଣି ସେହି ବିଶ୍ଳିଷ୍ଟ ଅବସ୍ଥାରୁ ଏକ ମହାବୃକ୍ଷ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବ । ବ୍ରହ୍ମଭାବାପନ୍ନ ହେବା ପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜୀବାତ୍ମାକୁ ଏହି ବିଶ୍ଳେଷଣ ଦେଇ ଯିବାକୁ ହିଁ ହେବ । ଅତଏବ ଆମେ ଯେତେ ଶୀଘ୍ର ଏହି 'ମାନବ' ଅବସ୍ଥାକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବୁ ସେତେ ମଙ୍ଗଳ । ତେବେ କଅଣ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରି ଆମେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଅବସ୍ଥାକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବୁ ? କଦାପି ନୁହେଁ, ସେଥିରେ ବରଂ ଆହୁରି ଅନିଷ୍ଟ ହେବ । ଶରୀରକୁ ନିରର୍ଥକ ପୀଡ଼ା ଦେବା, ଅଥବା ଜଗତର ନିନ୍ଦା କରିବା—ଏହାର ବାହାରକୁ ଯିବାର ଉପାୟ ନୁହେଁ । ଆମମାନଙ୍କୁ ନୈରାଶ୍ୟର ପଙ୍କିଳ ହ୍ରଦ ପାରିହେବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ନିର୍ବିଶେଷ ଅବସ୍ଥାକୁ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଅବସ୍ଥା କୁହାଯାଏ । କିନ୍ତୁ ଅନେକେ ଯେପରି ଆଶଙ୍କା କରନ୍ତି, ତାହା ପ୍ରସ୍ତର ବା ସ୍ପଞ୍ଜ ଭଳି ଅବସ୍ଥା ନୁହେଁ । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ଜଗତରେ ମାତ୍ର ଦୁଇ ପ୍ରକାର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ଅଛି—ଏକ ପ୍ରକାର ପ୍ରସ୍ତରାଦି ତୁଲ୍ୟ ଜଡ଼ ଓ ଅପର ପ୍ରକାର ଚିନ୍ତାବିଶିଷ୍ଟ । ଅସ୍ତିତ୍ୱକୁ ଏହି ଭାବରେ ସୀମାବଦ୍ଧ କରିବାର କି ଅଧିକାର ଆମମାନଙ୍କର ଅଛି? ଚିନ୍ତା ଅପେକ୍ଷା ଅନନ୍ତ ଗୁଣ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ଅବସ୍ଥା କଅଣ ନାହିଁ? ଆଲୋକର କମ୍ପନ ଅତି ମୃଦୁ ହେଲେ ଆମେ ଦେଖିପାରୁ ନାହିଁ, ଯେତେବେଳେ ଏହି କମ୍ପନ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ତୀବ୍ର ହୁଏ—କେବଳ

ସେତିକିବେଳେ ଆମ ଚକ୍ଷୁରେ ତାହା ପ୍ରତିଭାତ ହୁଏ । ଯେତେବେଳେ ଆହୁରି ତୀବ୍ର ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ମଧ୍ୟ ଆମେ ତାହା ଦେଖିପାରୁ ନାହିଁ, ତାହା ଆମ ଚକ୍ଷୁରେ ଅନ୍ଧକାର ଭଳି ପ୍ରତୀୟମାନ ହୁଏ । ଏହି ଶେଷୋକ୍ତ ଅନ୍ଧକାର କଅଣ ପ୍ରଥମୋକ୍ତ ଅନ୍ଧକାର ପରି ? ତାହା ନୁହେଁ । ସେମାନେ ଦୁଇ ମେରୁପ୍ରାନ୍ତ ପରି ଭିନ୍ନ । ପ୍ରସ୍ତରର ଚିନ୍ତାଶୂନ୍ୟତା ଓ ଭଗବାନଙ୍କ ଚିନ୍ତାଶୂନ୍ୟତା କଅଣ ଏକା ପ୍ରକାରର ? କେବେହେଲେ ନୁହେଁ । ଭଗବାନ ଚିନ୍ତା କରନ୍ତି ନାହିଁ, ବିଚାର କରନ୍ତି ନାହିଁ । କାହିଁକି କରିବେ ? ତାଙ୍କ ନିକଟରେ କଅଣ କିଛି ଅଜ୍ଞତା ଅଛି ଯେ, ସେ ବିଚାର କରିବେ ? ପ୍ରସ୍ତର ବିଚାର କରିପାରେ ନାହିଁ, ଆଉ ଈଶ୍ୱର ବିଚାର କରନ୍ତି ନାହିଁ—ଏତିକି ମାତ୍ର ପାର୍ଥକ୍ୟ । ପୂର୍ବୋକ୍ତ ଦାର୍ଶନିକଗଣ ମନେକରନ୍ତି ଯେ, ଚିନ୍ତାରାଜ୍ୟର ବାହାରକୁ ଯିବା ଅତି ଭୟାବହ ବ୍ୟାପାର; କାରଣ ସେମାନେ ଚିନ୍ତାର ଅତୀତ କିଛି କଳ୍ପନା କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ।

ଯୁକ୍ତିବିଚାର ଅପେକ୍ଷା ଅନେକ ଉଚ୍ଚତର ଅବସ୍ଥା ରହିଅଛି । ବାସ୍ତବିକ, ବୁଦ୍ଧିର ଅତୀତ ପ୍ରଦେଶରେ ଆମର ପ୍ରଥମ ଧର୍ମଜୀବନ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଚିନ୍ତା, ବୁଦ୍ଧି, ଯୁକ୍ତି—ଏସବୁ ଅତିକ୍ରମ କରି ଚାଲିଯାଅ, ସେତେବେଳେ ତୁମେ ଭଗବତ୍‌ପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ପ୍ରଥମ ପଦକ୍ଷେପ କର । ଏହା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜୀବନର ଯଥାର୍ଥ ଆରମ୍ଭ । ଯାହାକୁ ସାଧାରଣ ଭାବରେ ଜୀବନ ବୋଲି କୁହାଯାଏ, ତାହା ପ୍ରକୃତ ଜୀବନର ଭ୍ରୁଣାବସ୍ଥା ମାତ୍ର ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରଶ୍ନ ହୋଇପାରେ ଯେ, ଚିନ୍ତା ଓ ବିଚାରର ଅତୀତ ଅବସ୍ଥାଟି ଯେ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଅବସ୍ଥା, ତାହାର ପ୍ରମାଣ କଅଣ ? ପ୍ରଥମତଃ, ଜଗତର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣ—ନିଜ ଶକ୍ତି ବଳରେ ଯେଉଁମାନେ ଜଗତକୁ ପରିଚାଳିତ କରିଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନଙ୍କ ଚିନ୍ତାରେ ସ୍ୱାର୍ଥର ଲେଶମାତ୍ର ନ ଥିଲା, ସେମାନେ ସମସ୍ତେ ଘୋଷଣା କରିଯାଇଛନ୍ତି ଯେ, ଆମର ଏହି ଜୀବନ ସେହି ଅନନ୍ତସ୍ୱରୂପତା ଲାଭ କରିବାର ପଥରେ ଗୋଟିଏ ଛୋଟ ସୋପାନ ମାତ୍ର । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ସେମାନେ ଯେ କେବଳ ଏହି କଥା ଘୋଷଣା କରି କ୍ଷାନ୍ତ ହୁଅନ୍ତି, ତାହା ନୁହେଁ; ବରଂ ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ତାହା ପାଇବାର ପଥ ମଧ୍ୟ ଦେଖାଇ ଦିଅନ୍ତି, ଯେପରି ସମସ୍ତେ ସେହି ପଥ ଅନୁସରଣ କରି ଅଗ୍ରସର ହୋଇପାରିବେ । ତୃତୀୟତଃ, ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପଥ ନାହିଁ । ଜୀବନର ଆଉ କୌଣସି ପ୍ରକାର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିହେବ ନାହିଁ । ଯଦି ସ୍ୱୀକାର କରାଯାଏ ଯେ, ଏହା ଅପେକ୍ଷା ଉଚ୍ଚତର ଅବସ୍ଥା ଆଉ ନାହିଁ, ତେବେ ଜିଜ୍ଞାସା ହେଉଛି ଆମେ ଚିରକାଳ ଏହି ଚକ୍ର ଭିତରେ ଘୂରୁଛୁ କାହିଁକି ? ଯେଉଁ ଯୁକ୍ତିଦ୍ୱାରା ଏ ଜଗତର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରାଯାଏ ? ଯଦି ଏହା ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ଦୂରକୁ ଯିବାର ଶକ୍ତି ଆମର ନ ଥାଏ, ଯଦି ଏହା ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ କିଛି ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବାର ନ ଥାଏ, ତା'ହେଲେ ଏହି ପଞ୍ଚେନ୍ଦ୍ରିୟଗ୍ରାହ୍ୟ ଜଗତ ହିଁ ଆମ ଜ୍ଞାନର ଚରମସୀମା ହୋଇ ରହିବ । ଏପରି ମତକୁ ଅଜ୍ଞେୟବାଦ କୁହାଯାଏ । କେବଳ ଯେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟର ସାକ୍ଷ୍ୟକୁ ବିଶ୍ୱାସ କିରବାକୁ ହେବ, ଏପରି ଯୁକ୍ତି କଅଣ ଅଛି ? ମୁଁ ତାହାକୁ ହିଁ ଯଥାର୍ଥ ଅଜ୍ଞେୟବାଦୀ କହିବି, ଯିଏ ପଥରେ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହୋଇ ନୀରବରେ ଦେହ ତ୍ୟାଗ

କରିବେ । ଯଦି ଯୁକ୍ତି ଆମର ସର୍ବସ୍ୱ ହୁଏ, ତେବେ ଶୂନ୍ୟବାଦର ପକ୍ଷ ଅବଲମ୍ବନ କରି ଆମେ କେଉଁଠି ହେଲେ ଛିଡ଼ା ହୋଇପାରିବା ନାହିଁ । କେବଳ ଅର୍ଥ, ଯଶ, ନାମର ଆକାଙ୍‌କ୍ଷା ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ ସକଳ ବିଷୟରେ କେହି ଯଦି ନାସ୍ତିକ ହୁଏ, ତେବେ ସେ ଜଣେ ପ୍ରତାରକ ମାତ୍ର । କାଣ୍ଟ୍ (kant) ନିଃସଂଶୟରେ ପ୍ରମାଣ କରିଛନ୍ତି ଯେ, ଆମେ ଯୁକ୍ତିରୂପକ ବିରାଟ ପାଷାଣପ୍ରାଚୀର ନିର୍ମାଣ କରି ତାହା ଅତିକ୍ରମ କରିପାରିବା ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଭାରତୀୟ ଦାର୍ଶନିକଗଣଙ୍କର ପ୍ରଥମ କଥା—ଆମେ ଯୁକ୍ତିକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିପାରିବା । ଯୋଗୀମାନେ ଅତି ସାହସର ସହିତ ଅନ୍ୱେଷଣରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ଏପରି ଏକ ବସ୍ତୁ ଲାଭ କରନ୍ତି, ଯାହା ଯୁକ୍ତିର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ଏବଂ ଯେଉଁଠାରେ ଆମମାନଙ୍କର ବର୍ତ୍ତମାନ ଅବସ୍ଥାର ବ୍ୟାଖ୍ୟା ଆମେ ଖୋଜି ପାଉ । ଯାହା ଆମମାନଙ୍କୁ ଜଗତରୁ ମୁକ୍ତ କରିଥାଏ, ତାହା ଶିକ୍ଷା କରିବାର ଏହା ହିଁ ଫଳ । 'ତୁମେ ଆମମାନଙ୍କର ପିତା, ତୁମେ ଆମମାନଙ୍କୁ ଅଜ୍ଞାନର ଅପର ତୀରକୁ ନେଇଯିବ ।'* ଏହା ହିଁ ଯଥାର୍ଥ ଧର୍ମ ।

---

* 'ତ୍ୱଂ ହି ନଃ ପିତା, ଯୋଽସ୍ମାକମବିଦ୍ୟାୟାଃ ପରଂ ପାରଂ ତାରୟସୀତି'
—ପ୍ରଶ୍ନୋପନିଷଦ୍, ୬/୮

ପ୍ରଥମ ଅଧ୍ୟାୟ

ସମାଧି-ପାଦ

ଅଥ ଯୋଗାନୁଶାସନମ୍ ॥୧॥

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ବର୍ତ୍ତମାନ ଯୋଗର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରାଯାଉଅଛି ।

ଯୋଗଶ୍ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିନିରୋଧଃ ॥୨॥

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଚିତ୍ତକୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ବୃତ୍ତି ଅର୍ଥାତ୍ ଆକାର ବା ପରିଣାମ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ନ ଦେବା ହିଁ ଯୋଗ ।

ବ୍ୟାଖ୍ୟା—ଏଠାରେ ଅନେକ କଥା ବୁଝାଇବାକୁ ହେବ । ପ୍ରଥମତଃ ଆମମାନଙ୍କୁ ବୁଝିବାକୁ ହେବ, ଚିତ୍ତ ଓ ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ କଣ । ମୋର ଚକ୍ଷୁ ଅଛି । ଚକ୍ଷୁ ବାସ୍ତବିକ ଦେଖେ ନାହିଁ । ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଅବସ୍ଥିତ ଦର୍ଶନେନ୍ଦ୍ରିୟର ସ୍ନାୟୁକେନ୍ଦ୍ରଟିକୁ ଅପସୃତ କର, ସେତେବେଳେ ତୁମର ଚକ୍ଷୁ ଥାଇପାରେ, ଚକ୍ଷୁର ଦୃଷ୍ଟିପଟଳ ଭଲ ଥାଇପାରେ, ଚକ୍ଷୁ ଉପରେ ଯେଉଁ ଦୃଶ୍ୟ ପତିତ ହୋଇ ଦର୍ଶନ ହୁଏ—ତାହା ମଧ୍ୟ ଥାଇପାରେ, ତଥାପି ଚକ୍ଷୁ ଦେଖିପାରିବ ନାହିଁ । ଚକ୍ଷୁ କେବଳ ଦର୍ଶନର ଗୌଣ ଯନ୍ତ୍ର ମାତ୍ର । ଏହା ପ୍ରକୃତ ଦର୍ଶନେନ୍ଦ୍ରିୟ ନୁହେଁ । ଦର୍ଶନେନ୍ଦ୍ରିୟ ମସ୍ତିଷ୍କ ଅନ୍ତର୍ଗତ ଗୋଟିଏ ସ୍ନାୟୁକେନ୍ଦ୍ରରେ ଅବସ୍ଥିତ । କେବଳ ଚକ୍ଷୁ ଦୁଇଟି ଯଥେଷ୍ଟ ନୁହେଁ । କେହି କେହି ଆଖି ଖୋଲାଥିବା ଅବସ୍ଥାରେ ଶୋଇପଡ଼ନ୍ତି । ଦର୍ଶନେନ୍ଦ୍ରିୟ ରହିଛି, ବାହାର ଦୃଶ୍ୟ ମଧ୍ୟ ରହିଛି, କିନ୍ତୁ ଗୋଟିଏ ତୃତୀୟ ବସ୍ତୁର ପ୍ରୟୋଜନ, ମନ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ ହେବା ଦରକାର । ସୁତରାଂ ଦର୍ଶନକ୍ରିୟା ପାଇଁ ଚକ୍ଷୁରୂପକ ବହିର୍ଯନ୍ତ୍ର, ମସ୍ତିଷ୍କସ୍ଥ ସ୍ନାୟୁକେନ୍ଦ୍ର ଓ ମନ—ଏହି ତିନୋଟି ଉପାଦାନ ଆବଶ୍ୟକ । ରାସ୍ତାରେ ଗାଡ଼ି ଚାଲିଯାଉଛି, କିନ୍ତୁ ତୁମେ ତାର ଶବ୍ଦ ଶୁଣିପାରୁ ନାହଁ । ଏହାର କାରଣ କ'ଣ ? କାରଣ ତୁମର ମନ ଶ୍ରବଣେନ୍ଦ୍ରିୟ ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ ହୋଇ ନାହିଁ । ଅତଏବ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅନୁଭବକ୍ରିୟା ପାଇଁ ଦରକାର—ପ୍ରଥମତଃ ବାହ୍ୟଯନ୍ତ୍ର, ତା'ପରେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଏବଂ ତୃତୀୟତଃ ଉଭୟ ସହିତ ମନର ଯୋଗ । ବିଷୟାଭିଘାତଜନିତ ବେଦନାକୁ ମନ ଆହୁରି ଅଭ୍ୟନ୍ତରକୁ ବହନ କରି ନିଶ୍ଚୟାତ୍ମିକା ବୁଦ୍ଧି ନିକଟରେ ଅର୍ପଣ କରେ । ସେତେବେଳେ ବୁଦ୍ଧିରୁ ପ୍ରତିକ୍ରୟା ହୁଏ । ଏହି ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ସହିତ ଅହଂଭାବର ଯୋଗ ହୁଏ । ପୁଣି ଏହି କ୍ରିୟା ଓ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାର ସମଷ୍ଟି, ପୁରୁଷ ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରକୃତ ଆତ୍ମାଙ୍କ ନିକଟରେ ଅର୍ପିତ ହୁଏ । ସେ ସେତେବେଳେ ଏହି ମିଶ୍ରଣଟିକୁ ଗୋଟିଏ ବସ୍ତୁରୂପେ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ, ମନ, ନିଶ୍ଚୟାତ୍ମିକା ବୁଦ୍ଧି ଓ ଅହଂକାରର ସମଷ୍ଟିକୁ 'ଅନ୍ତଃକରଣ' କହନ୍ତି । ସେଗୁଡ଼ିକ ମନର ବିଭିନ୍ନ ଉପାଦାନ—ଚିତ୍ତର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରକ୍ରିୟାସ୍ୱରୂପ । ଚିତ୍ତର ଅନ୍ତର୍ଗତ ଏହି ସକଳ ଚିନ୍ତାତରଙ୍ଗକୁ ବୃତ୍ତି (ଆକ୍ଷରିକଭାବେ ଆବର୍ତ୍ତ ବା ଘୂର୍ଣ୍ଣି) କୁହଯାଏ । ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରଶ୍ନ—ଚିନ୍ତା କଅଣ ? ମାଧ୍ୟାକର୍ଷଣ ବା ବିକର୍ଷଣଶକ୍ତି ତୁଲ୍ୟ ଚିନ୍ତା ମଧ୍ୟ ଏକପ୍ରକାର ଶକ୍ତି । ପ୍ରାକୃତିକ ଶକ୍ତିର ଅକ୍ଷୟ ଭଣ୍ଡାରରୁ ଚିତ୍ତ ନାମକ ଯନ୍ତ୍ରଟି କିଛି ଶକ୍ତି ସଂଗ୍ରହ କରି ଅଙ୍ଗୀଭୂତ କରେ ଏବଂ ଏହାକୁ ଚିନ୍ତାରୂପେ ପ୍ରେରଣ କରେ । ଖାଦ୍ୟରୁ ଆମର ଏହି ଶକ୍ତି

ସଂଗୃହୀତ ହୁଏ । ଖାଦ୍ୟରୁ ହିଁ ଶରୀର ଗତିଶକ୍ତି ଇତ୍ୟାଦି ଲାଭ କରେ । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସୂକ୍ଷ୍ମତର ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ଖାଦ୍ୟରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ମନ ଚୈତନ୍ୟମୟ ନୁହେଁ, ଅଥଚ ଚୈତନ୍ୟମୟ ବୋଲି ବୋଧହୁଏ । ଏପରି ହେବାର କାରଣ କଅଣ ? କାରଣ ଚୈତନ୍ୟମୟ ଆତ୍ମା ଏହାର ପଶ୍ଚାତ୍‌ରେ ରହିଛନ୍ତି । ତୁମେ ନିଜେ ସେହି ଚୈତନ୍ୟମୟ ପୁରୁଷ—ମନ କେବଳ ଗୋଟିଏ ଯନ୍ତ୍ର, ଯାହାଦ୍ୱାରା ତୁମେ ବହିର୍ଜଗତ ଅନୁଭବ କର । ଏହି ପୁସ୍ତକ ଖଣ୍ଡିକ ଦେଖ, ବାସ୍ତବିକ ବାହାରେ ଆମେ ଉପଲବ୍ଧି କରୁଥିବା ଭଳି କୌଣସି ଅସ୍ତିତ୍ୱ ତାହାର ନାହିଁ । ବାହାରେ ଯାହା ଅଛି, ତାହା ଅଜ୍ଞାତ ଓ ଅଜ୍ଞେୟ; ତାହା କେବଳ ଆମ ଅନୁଭବର ଉତ୍ତେଜକ କାରଣ ମାତ୍ର । ତାହା ମନରେ ଆଘାତ ଦିଏ ଏବଂ ମନ ପୁସ୍ତକରୂପେ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା କରେ, ଠିକ୍ ଯେପରି ଜଳରେ ଏକ ପ୍ରସ୍ତରଖଣ୍ଡ ନିକ୍ଷେପ କଲେ ଜଳ ତରଙ୍ଗାକାରରେ ଏହି ପ୍ରସ୍ତରଖଣ୍ଡକୁ ପ୍ରତିଘାତ ଦିଏ । ସୁତରାଂ ବାସ୍ତବ ବହିର୍ଜଗତ ମାନସିକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାର କାରଣ ମାତ୍ର । ପୁସ୍ତକାକାର, ଗଜାକାର, ମନୁଷ୍ୟାକାର ଇତ୍ୟାଦି କୌଣସି ପଦାର୍ଥ ବାହାରେ ନାହିଁ; ବାହାରର ଇଙ୍ଗିତ ବା ଉତ୍ତେଜକ କାରଣରୁ ମନ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ହୁଏ, କେବଳ ମାତ୍ର ତାହା ଆମେ ଜାଣିଥାଉ । ଜନ୍ ଷ୍ଟୁଆର୍ଟ ମିଲ୍ କହିଛନ୍ତି, 'ଇନ୍ଦ୍ରିୟାନୁଭୂତିର ନିତ୍ୟ ସମ୍ଭାବ୍ୟତାର ନାମ ଜଡ଼ପଦାର୍ଥ ।'* ବାହାରେ ଏହି ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଉତ୍ପନ୍ନ କରାଇ ଦେବାର ଉତ୍ତେଜକ କାରଣ ମାତ୍ର ଅଛି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଗୋଟିଏ ଶାମୁକା କଥା ନିଆଯାଉ । ତୁମେମାନେ ଜାଣ, ମୁକ୍ତା କିପରି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ଗୋଟିଏ ବାଲିକଣା, ଜୀବାଣୁ ବା ଅନ୍ୟ କିଛି ଶାମୁକା ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରି ତାହାକୁ ଉତ୍ତେଜିତ କରେ, ସେତେବେଳେ ସେହି ଶାମୁକା ଏହି ବାଲିକଣାର ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ଏକ ପ୍ରକାର ଏନାମେଲ୍ ଭଳି ଆବରଣ ଦିଏ ଓ ଏହି ଭାବରେ ମୁକ୍ତାର ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଅନୁଭୂତି-ସୃଷ୍ଟ ଏହି ଜଗତ ଯେପରି ଆମମାନଙ୍କ ନିଜ ନିଜର ଏନାମେଲ୍-ସ୍ୱରୂପ; ବାସ୍ତବ ଜଗତ ଏହି ବାଲୁକାକଣା ସଦୃଶ । ସାଧାରଣ ଲୋକ କେବେହେଲେ ଏହା ବୁଝିବ ନାହିଁ, କାରଣ ଯେତେବେଳେ ସେ ଏହା ବୁଝିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବ, ସେହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ସେ ବାହାରକୁ 'ଏନାମେଲ୍' ନିକ୍ଷେପ କରିବ ଓ ଏହି ଆବରଣଟିକୁ କେବଳ ଦେଖିବ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମେ ବୁଝିଲୁ, ବୃତ୍ତିର ପ୍ରକୃତ ଅର୍ଥ କ'ଣ । ମନୁଷ୍ୟର ପ୍ରକୃତ ସ୍ୱରୂପ ମନର ଅତୀତ । ମନ ତା'ର ଗୋଟିଏ ଯନ୍ତ୍ର-ତୁଲ୍ୟ । ଏହି ଚୈତନ୍ୟ ମନ ଭିତରଦେଇ ଆସୁଅଛି । ତୁମେ ଯେତେବେଳେ ମନ ପଶ୍ଚାତରେ ଦ୍ରଷ୍ଟାରୂପେ ଅବସ୍ଥାନ କର, ସେତେବେଳେ ଏହା ଚୈତନ୍ୟମୟ ହୋଇଯାଏ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ମନୁଷ୍ୟ ଏହି ମନକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ତ୍ୟାଗ କରେ, ସେତେବେଳେ ଏହାର କୌଣସି ଅସ୍ତିତ୍ୱ ରହେ ନାହିଁ । ଚିତ୍ତ ମନର ଉପାଦାନସ୍ୱରୂପ ଏବଂ ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଏହାର ତରଙ୍ଗ ଭଳି, ଯେତେବେଳେ ବାହାରର କେତେଗୁଡ଼ିଏ କାରଣ ଚିତ୍ତ ଉପରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ, ସେତେବେଳେ ତାହା ଏହି ତରଙ୍ଗାକାର ଧାରଣ କରେ ଏବଂ ଏହି ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ହିଁ ଆମମାନଙ୍କର ଜଗତ ।

ଆମେମାନେ ହ୍ରଦର ତଳଦେଶ ଦେଖିପାରୁ ନାହୁଁ, କାରଣ ଏହାର ଉପରିଭାଗ କ୍ଷୁଦ୍ର କ୍ଷୁଦ୍ର ତରଙ୍ଗରେ ଆବୃତ । ଯେତେବେଳେ ତରଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକ ଶାନ୍ତ ହୁଏ, ଜଳ ସ୍ଥିର ହୋଇଯାଏ, କେବଳ ସେତିକିବେଳେ ତାହାର ତଳଦେଶର କ୍ଷଣିକ ଦର୍ଶନ ପାଇବା ସମ୍ଭବ । ଯଦି ଜଳ

---

* Matter is the permanent possibility of sensation.

–J.S.Mill

ଗୋଳିଆ ଥାଏ ବା କ୍ରମାଗତ ଆନ୍ଦୋଳିତ ହେଉଥାଏ, ତା'ହେଲେ ଏହାର ତଳଦେଶ କେବେହେଲେ ଦେଖାଯିବ ନାହିଁ । ଯଦି ଏହା ନିର୍ମଳ ଥାଏ ଏବଂ ସେଥିରେ କୌଣସି ତରଙ୍ଗ ନ ଥାଏ, ତେବେ ଯାଇ ଆମେ ଏହାର ତଳଦେଶ ଦେଖିପାରିବୁ । ହ୍ରଦର ତଳଦେଶ ଯେପରିକି ଆମର ପ୍ରକୃତ ସ୍ୱରୂପ—ହ୍ରଦଟି ଚିତ୍ତ ଏବଂ ଏହାର ତରଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକ ବୃତ୍ତିସ୍ୱରୂପ । ଆହୁରି ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ ଯେ, ଏହି ମନ ତ୍ରିବିଧଭାବେ ଅବସ୍ଥାନ କରେ । ପ୍ରଥମଟି ଅନ୍ଧକାରମୟ ଅର୍ଥାତ୍ ତମଃ, ଯେପରି ପଶୁ ଓ ମୂର୍ଖମାନଙ୍କର ମନ । ସେମାନଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟ କେବଳ ଅନ୍ୟର ଅନିଷ୍ଟ କରିବା । ଏହିପରି ମନରେ ଆଉ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଭାବ ଉଦିତ ହୁଏ ନାହିଁ । ଦ୍ୱିତୀୟଟି ମନର କ୍ରିୟାଶୀଳ ଅବସ୍ଥା, ରଜଃ—ଏ ଅବସ୍ଥାରେ କେବଳ ପ୍ରଭୁତ୍ୱ ଓ ଭୋଗର ଇଚ୍ଛା ଥାଏ । 'ମୁଁ କ୍ଷମତାଶାଳୀ ହେବି ଓ ଅନ୍ୟ ଉପରେ ପ୍ରଭୁତ୍ୱ କରିବି', ଏହି ଭାବ ରଜରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ । ତା'ପରେ ଯେଉଁ ଅବସ୍ଥା ତାହା 'ସତ୍ତ୍ୱ'—ଏହା ଶାନ୍ତ । ଏ ଅବସ୍ଥାରେ ତରଙ୍ଗ ରହେନାହିଁ, ମନ-ରୂପକ ହ୍ରଦର ଜଳ ନିର୍ମଳ ହୋଇଯାଏ । ଏହା ନିଷ୍କ୍ରିୟ ନୁହେଁ, ବରଂ ଅତିଶୟ କ୍ରିୟାଶୀଳ ଅବସ୍ଥା । ଶାନ୍ତଭାବ ଶକ୍ତିର ଉଚ୍ଚତମ ବିକାଶ । କ୍ରିୟାଶୀଳ ହେବା ବରଂ ସହଜ । ଲଗାମ୍ ଛାଡ଼ିଦେଲେ ଅଶ୍ୱଗଣ ତୁମକୁ ନେଇ ଦୌଡ଼ିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିବେ । ଯେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଏହା କରିପାରନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ଯିଏ ଏହି ଲମ୍ଫମାନ ଅଶ୍ୱକୁ ଅଟକାଇ ପାରନ୍ତି, ସେ ମହାଶକ୍ତିଧର ପୁରୁଷ । ଛାଡ଼ିଦେବା କିମ୍ବା ବେଗ ସଂଯତ କରିବା—ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେଉଁଟିରେ ଅଧିକ ଶକ୍ତିର ପ୍ରୟୋଜନ ? ଶାନ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଳସ ବ୍ୟକ୍ତି ପରି ନୁହନ୍ତି । ସତ୍ତ୍ୱଭାବକୁ ଜଡ଼ତା ବା ଆଳସ୍ୟ ବୋଲି ମନେକର ନାହିଁ । ଯିଏ ମନର ଏହି ତରଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକୁ ନିଜ ଆୟତ୍ତକୁ ଆଣିପାରିଛନ୍ତି, ସେ ଶାନ୍ତ ପୁରୁଷ । କ୍ରିୟାଶୀଳତା ନିମ୍ନତର ଶକ୍ତିର ଓ ଶାନ୍ତଭାବ ଉଚ୍ଚତର ଶକ୍ତିର ପ୍ରକାଶ ।

ଚିତ୍ତ ସର୍ବଦା ହିଁ ତାହାର ସ୍ୱାଭାବିକ ପବିତ୍ର ଅବସ୍ଥାକୁ ଫେରିପାଇବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଅଛି; କିନ୍ତୁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ ଏହାକୁ ବାହାରକୁ ଆକର୍ଷଣ କରୁଛନ୍ତି । ଚିତ୍ତକୁ ଦମନ କରିବା, ତାହାର ବାହାରକୁ ଯିବାର ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ ନିବାରଣ କରିବା ଓ ତାହାକୁ ପ୍ରତ୍ୟାବୃତ୍ତ କରି ସେହି ଚୈତନ୍ୟଘନ ପୁରୁଷଙ୍କ ନିକଟକୁ ଯିବାର ପଥକୁ ଫେରାଇବା –ଏହା ଯୋଗର ପ୍ରଥମ ସୋପାନ; କାରଣ କେବଳ ଏହି ଉପାୟରେ ଚିତ୍ତ ଏହାର ପ୍ରକୃତ ପଥର ସନ୍ଧାନ ପାଇଥାଏ ।

ଯଦିଓ ଉଚ୍ଚତମଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ନିମ୍ନତମ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସକଳ ପ୍ରାଣୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏହି ଚିତ୍ତ ରହିଅଛି, ତଥାପି କେବଳ ମନୁଷ୍ୟ ଦେହରେ ହିଁ ତାହାକୁ ଆମେ ବୁଦ୍ଧି ରୂପରେ ବିକଶିତ ଥିବାର ଦେଖିବାକୁ ପାଉ । ଚିତ୍ତ ଯେତେଦିନ ବୁଦ୍ଧିର ଆକାର ଧାରଣ ନ କରୁଛି, ସେତେଦିନ ତା'ପକ୍ଷରେ ଏହି ସକଳ ବିଭିନ୍ନ ସୋପାନ ଅତିକ୍ରମ କରି ଆତ୍ମାକୁ ମୁକ୍ତ କରିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଗୋରୁ ବା କୁକୁର ପକ୍ଷରେ ସାକ୍ଷାତ୍ ମୁକ୍ତି ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ, କାରଣ ଯଦିବା ସେମାନଙ୍କର ମନ (ଚିତ୍ତ) ଅଛି, ତାହା ଏହି କ୍ଷେତ୍ରରେ ବୁଦ୍ଧି-ଆକାର ଧାରଣ କରିପାରି ନାହିଁ ।

ଏହି ଚିତ୍ତ ଅବସ୍ଥାଭେଦରେ ନାନା ରୂପ ଧାରଣ କରେ; ଯଥା—କ୍ଷିପ୍ତ, ମୂଢ଼, ବିକ୍ଷିପ୍ତ ଓ ଏକାଗ୍ର ।* ମନ ଏହି ଚାରି ଅବସ୍ଥାରେ ଚାରି ପ୍ରକାର ରୂପ ଧାରଣ କରେ । ପ୍ରଥମ 'କ୍ଷିପ୍ତ'—ଯେଉଁ ଅବସ୍ଥାରେ ମନ ଚାରିଆଡ଼କୁ ବିଚ୍ଛୁରିତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଯେଉଁ ଅବସ୍ଥାରେ

---

* ଏଠାରେ ନିରୁଦ୍ଧ ଅବସ୍ଥା କଥା କୁହାଯାଇ ନାହିଁ, କାରଣ ଏ ଅବସ୍ଥାକୁ ପ୍ରକୃତ ପକ୍ଷେ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି କୁହାଯାଇପାରେ ନାହିଁ ।

କର୍ମବାସନା ପ୍ରବଳ ଥାଏ । ଏପରି ମନର ଚେଷ୍ଟା କେବଳ ମାତ୍ର ସୁଖ ଓ ଦୁଃଖ, ଏହି ଦ୍ୱିବିଧ ଭାବେ ପ୍ରକାଶିତ ହେବା । ତା'ପରେ 'ମୂଢ଼' ଅବସ୍ଥା—ଯାହା ତମୋଗୁଣାତ୍ମକ; ଏହାର ଚେଷ୍ଟା କେବଳ ଅନ୍ୟର ଅନିଷ୍ଟ କରିବା । 'ବିକ୍ଷିପ୍ତ' ଅବସ୍ଥାରେ ମନ କେନ୍ଦ୍ର ନିକଟକୁ ଯିବାର ଚେଷ୍ଟା କରେ । ଏଠାରେ ଟୀକାକାର କହନ୍ତି, ବିକ୍ଷିପ୍ତ ଅବସ୍ଥା ଦେବତାମାନଙ୍କର ଓ ମୂଢ଼ାବସ୍ଥା ଅସୁରଗଣଙ୍କର ସ୍ୱାଭାବିକ ଅବସ୍ଥା । 'ଏକାଗ୍ର' ଅବସ୍ଥାରେ ଚିତ୍ତ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ ହେବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରେ, ଏହା ଆମମାନଙ୍କୁ ସମାଧି ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରାଇଥାଏ ।

ତଦା ଦ୍ରଷ୍ଟୁଃ ସ୍ୱରୂପେଽବସ୍ଥାନମ୍ ॥୩॥

—ସେତେବେଳେ (ଅର୍ଥାତ୍ ଏହି ନିରୋଧ ଅବସ୍ଥାରେ) ଦ୍ରଷ୍ଟା (ପୁରୁଷ) ନିଜର (ଅପରିବର୍ତ୍ତନୀୟ) ସ୍ୱରୂପରେ ଅବସ୍ଥିତ ଥାଏ ।

ଯେତେବେଳେ ତରଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଏ ଓ ହ୍ରଦ ଶାନ୍ତଭାବ ଧାରଣ କରେ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ହ୍ରଦର ତଳଦେଶ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ । ମନ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମଧ୍ୟ ଏହିପରି ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ଯେତେବେଳେ ତାହା ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଏ, କେବଳ ସେତିକିବେଳେ ଆମେ ଆମର ସ୍ୱରୂପ ବୁଝିପାରୁ; ସେତେବେଳେ ଆମେ ଏହି ତରଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ନିଜକୁ ମିଶାଇ ନ ଦେଇ ନିଜ ସ୍ୱରୂପରେ ଅବସ୍ଥିତ ଥାଉ ।

ବୃତ୍ତିସାରୂପ୍ୟମିତରତ୍ର ॥୪॥

—ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସମୟରେ (ଅର୍ଥାତ୍ ଏହି ନିରୋଧ ଅବସ୍ଥା ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ ସମୟରେ) ଦ୍ରଷ୍ଟା ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ସହିତ ଏକୀଭୂତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ।

ଯେପରି କେହି ମୋର ନିନ୍ଦା କଲା, ଏହା ଏକ ପ୍ରକାର ପରିଣାମ—ଏକ ପ୍ରକାର ବୃତ୍ତି, ମୁଁ ତା' ସହିତ ନିଜକୁ ମିଶାଇ ଦେଉଛି ଏବଂ ତାହାର ଫଳ ଦୁଃଖ ।

ବୃତ୍ତୟଃ ପଞ୍ଚତଯ୍ୟଃ କ୍ଲିଷ୍ଟାକ୍ଲିଷ୍ଟାଃ ॥୫॥

ବୃତ୍ତି ପାଞ୍ଚ ପ୍ରକାର—(କେତୋଟି) କ୍ଳେଶଯୁକ୍ତ ଓ (ଅନ୍ୟଗୁଡ଼ିକ) କ୍ଳେଶଶୂନ୍ୟ ।

ପ୍ରମାଣବିପର୍ଯ୍ୟୟବିକଳ୍ପ ନିଦ୍ରାସ୍ମୃତୟଃ ॥୬॥

—ପ୍ରମାଣ, ବିପର୍ଯ୍ୟୟ, ବିକଳ୍ପ, ନିଦ୍ରା ଓ ସ୍ମୃତି ଅର୍ଥାତ୍ ସତ୍ୟ ଜ୍ଞାନ, ଭ୍ରମଜ୍ଞାନ, ଶବ୍ଦଭ୍ରମ, ନିଦ୍ରା ଓ ସ୍ମୃତି—ଏହି ପାଞ୍ଚ ପ୍ରକାର ବୃତ୍ତି ।

ପ୍ରତ୍ୟାକ୍ଷାନୁମାନାଗମାଃ ପ୍ରମାଣାନି ॥୭॥

—ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅର୍ଥାତ୍ ସାକ୍ଷାତ୍ ଅନୁଭବ, ଅନୁମାନ ଓ ଆଗମ ଅର୍ଥାତ୍ ଆପ୍ତ ବା ବିଶ୍ୱସ୍ତ ଲୋକର ବାକ୍ୟ—ଏଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛି ପ୍ରମାଣ ।

ଯେତେବେଳେ ଆମର ଦୁଇଟି ଅନୁଭୂତି ପରସ୍ପର ବିରୋଧୀ ନ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ 'ପ୍ରମାଣ' କହନ୍ତି । ମୁଁ କୌଣସି ବିଷୟ ଶୁଣିଲି; ଯଦି ତାହା ପୂର୍ବାନୁଭୂତ କୌଣସି ବିଷୟର ବିରୋଧୀ ହୁଏ, ତେବେ ମୁଁ ତା' ବିରୋଧରେ ତର୍କ କରିବି, କେବେହେଲେ ତାହା ବିଶ୍ୱାସ କରିବି ନାହିଁ । ପ୍ରମାଣ ପୁଣି ତିନି ପ୍ରକାର । ସାକ୍ଷାତ୍ ଅନୁଭବ ବା 'ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ'—ଏହା ଏକ ପ୍ରକାର ପ୍ରମାଣ । ଯଦି ଆମେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଚକ୍ଷୁ-କର୍ଣ୍ଣର ଭ୍ରମରେ ନ ପଡ଼ିଥାଉ, ତା'ହେଲେ ଆମେ ଯାହା କିଛି ଦେଖୁ ବା ଅନୁଭବ କରୁ, ତାହାକୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କୁହାଯିବ । ମୁଁ ଏହି ଜଗତ ଦେଖୁଅଛି । ତା'ର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଏହା ହିଁ ପ୍ରମାଣ । ଦ୍ୱିତୀୟ 'ଅନୁମାନ'—

ତୁମେ କୌଣସି ଚିହ୍ନ ଦେଖିଲ, ସେଥିରୁ ତାହା ଯେଉଁ ବିଷୟର ସୂଚନା ଦେଉଛି, ତାହା ଜାଣିପାରିଲ । ତୃତୀୟତଃ 'ଆଗମ' ବା ଆପ୍ତବାକ୍ୟ—ଯେଉଁମାନେ ପ୍ରକୃତ ସତ୍ୟ ଦର୍ଶନ କରିଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷାନୁଭୂତି । ଆମେ ସମସ୍ତେ ଜ୍ଞାନଲାଭ ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଅଛୁ । କିନ୍ତୁ ତୁମକୁ ତା' ପାଇଁ କଠୋର ଚେଷ୍ଟା କରିବାକୁ ପଡୁଛି, ବିଚାରରୂପକ ଦୀର୍ଘକାଳ ବ୍ୟାପୀ ବିରକ୍ତିକର ରାସ୍ତା ଦେଇ ଅଗ୍ରସର ହେବାକୁ ପଡୁଛି, କିନ୍ତୁ ଶୁଦ୍ଧସତ୍ତ୍ୱ ଯୋଗୀମାନେ ଏସବୁର ଅତୀତ ପ୍ରଦେଶକୁ ଚାଲି ଯାଇଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ ସମକ୍ଷରେ ଭୂତ-ଭବିଷ୍ୟତ-ବର୍ତ୍ତମାନ--ସବୁ ଏକ ହୋଇଯାଇଛି, ତାଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ସବୁ ଯେପରି ଖଣ୍ଡିଏ ପାଠ୍ୟପୁସ୍ତକ । ଆମମାନଙ୍କ ଭଳି ଜ୍ଞାନଲାଭର କଷ୍ଟକର ପ୍ରଣାଳୀ ମଧ୍ୟଦେଇ ତାହାଙ୍କୁ ଯିବାକୁ ହୁଏ ନାହିଁ । ତାଙ୍କର ବାକ୍ୟ ହିଁ ପ୍ରମାଣ; କାରଣ ସେ ନିଜ ମଧ୍ୟରେ ହିଁ ଜ୍ଞାନସ୍ୱରୂପକୁ ଉପଲବ୍‌ଧି କରନ୍ତି । ଏହିପରି ବ୍ୟକ୍ତିଗଣ ହିଁ ଶାସ୍ତ୍ରର ରଚୟିତା, ଅତଏବ ଶାସ୍ତ୍ର ପ୍ରମାଣ ବୋଲି ଗ୍ରାହ୍ୟ । ଯଦି ବର୍ତ୍ତମାନ ଏପରି କେହି ଜୀବିତ ଥାଆନ୍ତି, ତେବେ ତାଙ୍କ କଥା ମଧ୍ୟ ପ୍ରମାଣ ରୂପେ ଗଣ୍ୟ ହେବ । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଦାର୍ଶନିକଗଣ ଏହି ଆପ୍ତବାକ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଅନେକ ବିଚାର କରିଛନ୍ତି । ସେମାନେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉତ୍‌ଥାପନ କରିଛନ୍ତି, ଆପ୍ତବାକ୍ୟ ସତ୍ୟ ହେବ କାହିଁକି ? ଆପ୍ତବାକ୍ୟର ପ୍ରମାଣ—ତାହା ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭୂତି । ଯେପରି ପୂର୍ବଜ୍ଞାନର ବିରୋଧୀ ନ ହେଲେ ତୁମେ ଯାହା ଦେଖ ବା ମୁଁ ଯାହା ଦେଖେ ତାହା ପ୍ରମାଣ ବୋଲି ଗ୍ରାହ୍ୟ ହୁଏ, ଆପ୍ତବାକ୍ୟର ପ୍ରାମାଣ୍ୟ ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟାତୀତ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିବା ସମ୍ଭବ; ଯେତେବେଳେ ଜ୍ଞାନ ଯୁକ୍ତି ଓ ମନୁଷ୍ୟର ପୂର୍ବ ଅଭିଜ୍ଞତାକୁ ଖଣ୍ଡନ କରେ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ ପ୍ରମାଣ କୁହାଯାଏ । ଜଣେ ଉନ୍ମତ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ଆସି କହିପାରେ, 'ମୁଁ ଚାରିଆଡ଼େ ଦେବତାମାନଙ୍କୁ ଦେଖୁଛି'; କିନ୍ତୁ ତାହାକୁ ପ୍ରମାଣ କୁହାଯିବ ନାହିଁ । ପ୍ରଥମତଃ ଏହା ସତ୍ୟ ଜ୍ଞାନ ହେବା ଦରକାର; ଦ୍ୱିତୀୟତଃ ତାହା ଯେପରି ଆମ ପୂର୍ବଜ୍ଞାନର ବିରୋଧୀ ନ ହୁଏ; ତୃତୀୟତଃ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିର ଚରିତ୍ର ଉପରେ ମଧ୍ୟ ଏହା ନିର୍ଭର କରେ । ଅନେକେ ଏପରି କହିଥାନ୍ତି ଯେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଚରିତ୍ର କିପରି ତାହା ଦେଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ନୁହେଁ । ବରଂ ସେ କଅଣ କହେ ତାହା ଜାଣିବା ହିଁ ବିଶେଷ ଆବଶ୍ୟକ; ଅତଏବ ସେ କଅଣ କହେ ସେ କଥାଟି ପ୍ରଥମେ ଶୁଣିବାକୁ ହେବ । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିଷୟରେ ଏକଥା ସତ୍ୟ ହୋଇପାରେ । କୌଣସି ଲୋକ ଦୁଷ୍ଟ ପ୍ରକୃତିର ହେଲେ ମଧ୍ୟ ସେ ଜ୍ୟୋତିଷ ଶାସ୍ତ୍ର ସମ୍ବନ୍ଧରେ କିଛି ଆବିଷ୍କାର କରିପାରେ; କିନ୍ତୁ ଧର୍ମ ବିଷୟରେ ତାହା ନୁହେଁ, କାରଣ କୌଣସି ଅପବିତ୍ର ବ୍ୟକ୍ତି ଧର୍ମର ପ୍ରକୃତ ସତ୍ୟ ଲାଭ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଏହି କାରଣରୁ ଆମମାନଙ୍କର ପ୍ରଥମେ ଦେଖିବା ଉଚିତ, ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜକୁ ଆପ୍ତ ବୋଲି ଘୋଷଣା କରୁଛନ୍ତି, ସେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ନିଃସ୍ୱାର୍ଥ ଓ ପବିତ୍ର କି ନୁହନ୍ତି । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ ଦେଖିବାକୁ ହେବ, ସେ ଅତୀନ୍ଦ୍ରିୟ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିଛନ୍ତି କି ନାହିଁ । ତୃତୀୟତଃ ଆମମାନଙ୍କର ଦେଖିବା ଉଚିତ ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ଯାହା କହନ୍ତି, ତାହା ମନୁଷ୍ୟ ଜାତିର ପୂର୍ବ ଅଭିଜ୍ଞତାର ବିରୋଧୀ କି ନୁହେଁ । କୌଣସି ନୂତନ ସତ୍ୟ ଆବିଷ୍କୃତ ହେଲେ ତାହା ପୂର୍ବର କୌଣସି ସତ୍ୟକୁ ଖଣ୍ଡନ କରେ ନାହିଁ, ବରଂ ତାହା ପୂର୍ବ ସତ୍ୟ ସହିତ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ସ୍ଥାପନ କରେ । ଚତୁର୍ଥତଃ, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ସତ୍ୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିବା ସମ୍ଭବ । ଯଦି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି କହେ, 'ମୁଁ ଏକ ଅଲୌକିକ ଦୃଶ୍ୟ ଦର୍ଶନ କରୁଅଛି', ପୁନର୍ବାର ସଙ୍ଗେ

ସଙ୍ଗେ କହେ ଯେ, 'ତୁମର ଏହା ଦେଖିବାର କୌଣସି ଅଧିକାର ନାହିଁ', ତେବେ ମୁଁ ତା କଥା ବିଶ୍ୱାସ କରିବି ନାହିଁ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିପାରେ, ତାହା ସତ୍ୟ କି ନୁହେଁ । ଯିଏ ନିଜର ଅର୍ଜିତ ଜ୍ଞାନ ବିକ୍ରୟ କରନ୍ତି, ସେ କେବେହେଲେ ଆପ୍ତ ନୁହନ୍ତି । ଏହି ସକଳ ପରୀକ୍ଷାରେ ଉତ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ । ପ୍ରଥମେ ଦେଖିବ କେବଳ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି ପବିତ୍ର ଯାହାଙ୍କର କୌଣସି ସ୍ୱାର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନାହିଁ, କୌଣସି ଲାଭ ଅଥବା ଯଶର ଆକାଙ୍କ୍ଷା ନାହିଁ । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ତାହାଙ୍କୁ ପ୍ରମାଣିତ କରିବାକୁ ହେବ ଯେ ସେ ଜ୍ଞାନାତୀତ ଭୂମିକୁ ଆରୋହଣ କରିଅଛନ୍ତି । ସେ ଆମକୁ ଏପରି କିଛି ଦେବେ, ଯାହା ଆମେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଦ୍ୱାରା ଲାଭ କରିପାରିବୁ ନାହିଁ ଓ ଯାହା ଜଗତର କଲ୍ୟାଣକର । ତୃତୀୟତଃ ଦେଖିବାକୁ ହେବ, ତାହା ଯେପରି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସତ୍ୟର ବିରୋଧୀ ନ ହୁଏ; ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବୈଜ୍ଞାନିକ ସତ୍ୟର ବିରୋଧୀ ହେଲେ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ତାହା ପରିତ୍ୟାଗ କର । ଚତୁର୍ଥତଃ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି ହିଁ ଯେ କେବଳ ଏହି ବିଷୟର ଅଧିକାରୀ, ଅନ୍ୟମାନେ ନୁହନ୍ତି, ତାହା କହିହେବ ନାହିଁ । ସମସ୍ତଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଯାହା ଲାଭ କରିବା ସମ୍ଭବ, କେବଳ ତାହା ସେ ନିଜ ଜୀବନରେ ପରିଣତ କରି ଆଦର୍ଶ ସ୍ଥାପନ କରିବେ । ତାହେଲେ ପ୍ରମାଣ ତିନି ପ୍ରକାର—ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଇନ୍ଦ୍ରିୟାନୁଭୂତି, ଅନୁମାନ ଓ ଆପ୍ତବାକ୍ୟ । ଏହି ଆପ୍ତ କଥାଟି ଇଂରାଜୀରେ ଅନୁବାଦ କରିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଏହାକୁ 'inspired' (ଅନୁପ୍ରାଣିତ) ଶବ୍ଦଦ୍ୱାରା ପ୍ରକାଶ କରିହେବ ନାହିଁ; କାରଣ ଏହି ଅନୁପ୍ରେରଣା ଯେପରିକି ବାହାରୁ ଆସିଥାଏ, ଆଉ ଏହି ଜ୍ଞାନ ଭିତରୁ ଆସେ । 'ଆପ୍ତ' ଶବ୍ଦର ଆକ୍ଷରିକ ଅର୍ଥ ହେଉଛି--ଯିଏ ପାଇଅଛନ୍ତି ।

ବିପର୍ଯୟୋ ମିଥ୍ୟାଜ୍ଞାନମତଦ୍ରୂପପ୍ରତିଷ୍ଠମ୍ ॥ ୮ ॥

—ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ଅର୍ଥ ମିଥ୍ୟାଜ୍ଞାନ, ଯାହା ବସ୍ତୁର ପ୍ରକୃତ ସ୍ୱରୂପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ନୁହେଁ ।

ଆଉ ଏକ ପ୍ରକାର ବୃତ୍ତି ହେଉଛି, ଏକ ବସ୍ତୁରେ ଅନ୍ୟ ବସ୍ତୁର ଭ୍ରାନ୍ତି । ଏହାକୁ 'ବିପର୍ଯ୍ୟୟ' କହନ୍ତି; ଯଥା—ଶାମୁକାରେ ରଜତର ଭ୍ରମ ।

ଶବ୍ଦଜ୍ଞାନାନୁପାତୀ ବସ୍ତୁଶୂନ୍ୟୋ ବିକଳ୍ପଃ ॥ ୯ ॥

—କେବଳମାତ୍ର ଶବ୍ଦରୁ ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ, ଅଥଚ ସେହି ଶବ୍ଦର ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ବସ୍ତୁର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ଯଦି ନଥାଏ, ତାହାକୁ ବିକଳ୍ପ ଅର୍ଥାତ୍ ଶବ୍ଦଜାତ ଭ୍ରମ କହନ୍ତି ।

'ବିକଳ୍ପ' ନାମରେ ଆଉ ଏକ ପ୍ରକାର ବୃତ୍ତି ଅଛି । ଗୋଟିଏ କଥା ଶୁଣିଲୁ, ଆମେ ତାହାର ଅର୍ଥ ବିଚାର କରିବା ପାଇଁ ଅପେକ୍ଷା ନ କରି ଅତି ସତ୍ୱର ଗୋଟିଏ ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଉପସ୍ଥିତ ହେଲୁ । ଏହା ଚିତ୍ତର ଦୁର୍ବଳତାର ଚିହ୍ନ । ସଂଯମବିଷୟକ ମତବାଦଟି ବର୍ତ୍ତମାନ ଭଲ ଭାବରେ ବୁଝାଯିବ । ମନୁଷ୍ୟ ଯେତେ ଦୁର୍ବଳ ହୁଏ, ତାହାର ସଂଯମକ୍ଷମତା ସେତେ କମ୍ । ସର୍ବଦା ଏହି ସଂଯମର ମାନଦଣ୍ଡଦ୍ୱାରା ଆତ୍ମପରୀକ୍ଷା କରିବ । ଯେତେବେଳେ କ୍ରୋଧ ଅଥବା ଦୁଃଖର ଭାବ ତୁମ ନିକଟକୁ ଆସୁଛି, ସେତେବେଳେ ବିଚାର କରି ଦେଖ, କୌଣସି ଏକ ସମ୍ବାଦ ତୁମ ନିକଟକୁ ଆସିବା ମାତ୍ରେ କିପରି ଭାବରେ ତୁମର ମନ ଗୋଟିଏ ବୃତ୍ତିରେ ପରିଣତ ହେଉଅଛି ।

ଅଭାବ ପ୍ରତ୍ୟୟାଲମ୍ବନା ବୃତ୍ତିର୍ନିଦ୍ରା ॥ ୧୦ ॥

—ଯେଉଁ ବୃତ୍ତି ଶୂନ୍ୟଭାବକୁ ଅବଲମ୍ବନ କରି ରହିଥାଏ, ସେହି ବୃତ୍ତି ହିଁ ନିଦ୍ରା ।

ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାର ବୃତ୍ତିର ନାମ 'ନିଦ୍ରା'—ସ୍ୱପ୍ନ ଓ ସୁଷୁପ୍ତି । ଆମେ ଯେତେବେଳେ ନିଦରୁ ଉଠୁ, ସେତେବେଳେ ଜାଣିପାରୁ ଯେ ଆମେ ଶୋଇଥିଲୁ । ଅନୁଭୂତ ବିଷୟରେ ହିଁ କେବଳ ସ୍ମୃତି ହୋଇପାରେ । ଯାହା ଆମେ ଅନୁଭବ କରି ନାହୁଁ, ସେ ବିଷୟରେ ଆମର କୌଣସି ସ୍ମୃତି ଆସିପାରେ ନାହିଁ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ହିଁ ଚିତ୍ତହ୍ରଦର ଗୋଟିଏ ତରଙ୍ଗ ସଦୃଶ । ନିଦ୍ରାରେ ଯଦି ମନର କୌଣସି ପ୍ରକାର ବୃତ୍ତି ନଥାନ୍ତା, ତାହାହେଲେ ଏ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମର ଭାବାତ୍ମକ ବା ଅଭାବାତ୍ମକ କୌଣସି ଅନୁଭୂତି ରହନ୍ତା ନାହିଁ । ସୁତରାଂ ଆମେ ତାହା ସ୍ମରଣ ମଧ୍ୟ କରିପାରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଆମେ ଯେ ନିଦ୍ରାବସ୍ଥାର ସ୍ମରଣ କରିପାରୁ, ଏହାଦ୍ୱାରା ପ୍ରମାଣିତ ହେଉଅଛି ଯେ ନିଦ୍ରାବସ୍ଥାରେ ମନରେ ଏକ ପ୍ରକାର ତରଙ୍ଗ ଥିଲା, 'ସ୍ମୃତି' ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାରର ବୃତ୍ତି ।

ଅନୁଭୂତବିଷୟାସମ୍ପ୍ରମୋଷଃ ସ୍ମୃତିଃ ॥୧୧॥

—ଅନୁଭୂତ ବିଷୟସକଳ ଯେତେବେଳେ ମନରୁ ଚାଲି ନ ଯାଏ (ସେତେବେଳେ ସଂସ୍କାରଦ୍ୱାରା ଜ୍ଞାନ-ଉତ୍ପତ୍ତି ହୁଏ), ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ ସ୍ମୃତି କୁହାଯାଏ ।

ପୂର୍ବେ ଯେଉଁ ଚାରିପ୍ରକାର ବୃତ୍ତିବିଷୟ କଥିତ ହୋଇଅଛି, ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକଟିରୁ ସ୍ମୃତି ଆସିପାରେ । ମନେକର, ତୁମେ ଗୋଟିଏ ଶବ୍ଦ ଶୁଣିଲ । ଏହି ଶବ୍ଦଟି ଯେପରି ଚିତ୍ତହ୍ରଦରେ ନିକ୍ଷିପ୍ତ ପ୍ରସ୍ତର ତୁଲ୍ୟ; ସେଥିରେ ଗୋଟିଏ କ୍ଷୁଦ୍ର ତରଙ୍ଗ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ସେହି ତରଙ୍ଗଟି ପୁଣି ଆହୁରି ଅନେକ କ୍ଷୁଦ୍ର କ୍ଷୁଦ୍ର ତରଙ୍ଗଶ୍ରେଣୀ ଉତ୍ପନ୍ନ କରେ । ଏହା ହିଁ ସ୍ମୃତି, ନିଦ୍ରାରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ଘଟଣା ଘଟିଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ନିଦ୍ରା ନାମକ ତରଙ୍ଗବିଶେଷ ଚିତ୍ତ ଭିତରେ ସ୍ମୃତିରୂପକ ତରଙ୍ଗ-ପରମ୍ପରା ଉତ୍ପନ୍ନ କରେ, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ ସ୍ୱପ୍ନ କହନ୍ତି । ଜାଗ୍ରତ କାଳରେ ଯାହାକୁ 'ସ୍ମୃତି' କହନ୍ତି ନିଦ୍ରାକାଳରେ ତାହାକୁ ହିଁ 'ସ୍ୱପ୍ନ' କହିଥାନ୍ତି ।

ଅଭ୍ୟାସବୈରାଗ୍ୟାଭ୍ୟାଂ ତନ୍ନିରୋଧଃ ॥ ୧୨ ॥

—ଅଭ୍ୟାସ ଓ ବୈରାଗ୍ୟଦ୍ୱାରା ଏହି ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକର ନିରୋଧ ହୁଏ ।

ଏହି ବୈରାଗ୍ୟ ଲାଭ କରିବାକୁ ହେଲେ ମନ ବିଶେଷ ରୂପେ ନିର୍ମଳ, ସତ୍ ଓ ବିଚାରପୂର୍ଣ୍ଣ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ । ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ କାହିଁକି ? କାରଣ ପ୍ରତ୍ୟେକ କାର୍ଯ୍ୟ ହିଁ ହ୍ରଦର ଉପରିଭାଗସ୍ଥ କମ୍ପନଶୀଳ ସ୍ପନ୍ଦନ ମାତ୍ର । ଏହି କମ୍ପନ କ୍ରମଶଃ ମିଳେଇଯାଏ; ତା'ହେଲେ କ'ଣ ରହେ ? ସଂସ୍କାରସମୂହ ହିଁ ଅବଶିଷ୍ଟ ରହେ । ମନରେ ଏହିପରି ଅନେକ ସଂସ୍କାର ଜମିଲେ ସେଗୁଡ଼ିକ ଏକତ୍ର ହୋଇ ଅଭ୍ୟାସରେ ପରିଣତ ହୁଏ । 'ଅଭ୍ୟାସ ହିଁ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ୱଭାବ'—ଏହିପରି କଥିତ ହୋଇଥାଏ; କିନ୍ତୁ କେବଳ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ୱଭାବ ନୁହେଁ, ତାହା ପ୍ରଥମ ସ୍ୱଭାବ ମଧ୍ୟ । ମନୁଷ୍ୟର ସମସ୍ତ ସ୍ୱଭାବ ଏହି ଅଭ୍ୟାସ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଆମେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଯେପରି ପ୍ରକୃତିବିଶିଷ୍ଟ ହୋଇଅଛୁ, ତାହା ପୂର୍ବ ଅଭ୍ୟାସର ଫଳ । ସମୁଦାୟ ଅଭ୍ୟାସର ଫଳ ଜାଣିପାରିଲେ ଆମ ମନରେ ସାନ୍ତ୍ୱନା ଆସେ, କାରଣ ଯଦି ଆମମାନଙ୍କର ବର୍ତ୍ତମାନ ସ୍ୱଭାବ କେବଳ ଅଭ୍ୟାସ ହେତୁ ହୋଇଥାଏ, ତା'ହେଲେ ଆମେ ଇଚ୍ଛା କଲେ ଏହି ଅଭ୍ୟାସକୁ ମଧ୍ୟ ଦୂର କରିପାରୁ । ଆମମାନଙ୍କ ମନ ଭିତର ଦେଇ ଯେଉଁ ଚିନ୍ତାସ୍ପନ୍ଦନଗୁଡ଼ିକ ଚାଲିଯାଏ, ସେଥିରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ମନ ଉପରେ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ଦାଗ ରଖିଯାଆନ୍ତି ଏବଂ ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକ ସେଗୁଡ଼ିକର ସମଷ୍ଟି । ଆମମାନଙ୍କ ଚରିତ୍ର ଏହି ସକଳ ସଂସ୍କାରର ସମଷ୍ଟିସ୍ୱରୂପ ।

ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ବିଶେଷ ବୃତ୍ତିତରଙ୍ଗ ପ୍ରବଳ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ମନୁଷ୍ୟ ସେହି ଭାବରେ ଭାବାନ୍ୱିତ ହୁଏ । ଯେତେବେଳେ ସଦ୍‌ଗୁଣ ପ୍ରବଳ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ମନୁଷ୍ୟ ସତ୍ ହୁଏ; ଯଦି ମନ୍ଦଭାବ ପ୍ରବଳ ହୁଏ, ତେବେ ମନ୍ଦ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ଆନନ୍ଦର ଭାବ ପ୍ରବଳ ହୁଏ, ତେବେ ମନୁଷ୍ୟ ସୁଖୀ ହୋଇଥାଏ । ଅସତ୍ ଅଭ୍ୟାସର ଏକମାତ୍ର ପ୍ରତିକାର ହେଉଛି ତାହାର ବିପରୀତ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା । ଯେଉଁ ଅସତ୍ ଅଭ୍ୟାସ ଆମ ଚିତ୍ତରେ ସଂସ୍କାରବଦ୍ଧ ହୋଇଅଛି, କେବଳ ସତ୍ ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ସେଗୁଡ଼ିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବାକୁ ହେବ । କେବଳ ସତ୍‌କାର୍ଯ୍ୟ କରିଯାଅ, ପବିତ୍ର ଚିନ୍ତା କର; ଅସତ୍ ସଂସ୍କାର ନିବାରଣର ଏହା ହିଁ ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ । କେବେହେଲେ କହ ନାହିଁ ଅମୁକର ଆଉ ଆଶା ନାହିଁ; କାରଣ ଅସତ୍ ବ୍ୟକ୍ତି କେବଳ ଗୋଟିଏ ବିଶେଷ ପ୍ରକାର ଚରିତ୍ରର ପରିଚୟ ଦେଉଛି । ଚରିତ୍ର କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଅଭ୍ୟାସର ସମଷ୍ଟି ମାତ୍ର; ସତ୍ ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଦୂର କରାଯାଇପାରେ । ଚରିତ୍ର କେବଳ ପୁନଃ ପୁନଃ ଅଭ୍ୟାସର ସମଷ୍ଟି ମାତ୍ର । ପୁନଃପୁନଃ ଅଭ୍ୟାସ ହିଁ ଚରିତ୍ର ସଂଶୋଧନ କରିପାରେ ।

ତତ୍ର ସ୍ଥିତୌ ଯତ୍ନୋଽଭ୍ୟାସଃ ॥୧୩॥

—ଏହି ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଆୟତ୍ତରେ ରଖିବାର ଯେ ନିୟତ ଚେଷ୍ଟା, ତାହାକୁ 'ଅଭ୍ୟାସ' କୁହାଯାଏ ।

ଅଭ୍ୟାସ କାହାକୁ କହନ୍ତି ? ଚିତ୍ତରୂପୀ ମନକୁ ଦମନ କରିବାର ଚେଷ୍ଟା ଅର୍ଥାତ୍ ତାହାର ତରଙ୍ଗାକାରରେ ବହିର୍ଗମନ ନିବାରଣ କିରବାର ଚେଷ୍ଟା ହିଁ ଅଭ୍ୟାସ ।

ସ ତୁ ଦୀର୍ଘକାଳନୈରନ୍ତର୍ଯସତ୍କାରାସେବିତୋ ଦୃଢ଼ଭୂମିଃ ॥୧୪॥

—ଦୀର୍ଘକାଳଧରି ସର୍ବଦା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶ୍ରଦ୍ଧାସହିତ (ସେହି ପରମପଦ ପ୍ରାପ୍ତିର) ଚେଷ୍ଟା କରିବାଦ୍ୱାରା ଅଭ୍ୟାସ ଦୃଢ଼ ଭାବରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୁଏ ।

ଏହି ସଂଯମ ଦିନକରେ ଆସେ ନାହିଁ, ଦୀର୍ଘକାଳ ନିରନ୍ତର ଅଭ୍ୟାସ କରିବାଦ୍ୱାରା ଆସେ ।

ଦୃଷ୍ଟାନୁଶ୍ରବିକବିଷୟବିତୃଷ୍ଣସ୍ୟ ବଶୀକାରସଂଜ୍ଞା ବୈରାଗ୍ୟମ୍ ॥୧୫॥

—ଦୃଷ୍ଟ ଅଥବା ଶ୍ରୁତ ସର୍ବପ୍ରକାର ବିଷୟର ଆକାଙ୍କ୍ଷା ଯିଏ ତ୍ୟାଗ କରିଛନ୍ତି, ତାଙ୍କ ନିକଟକୁ ଯେଉଁ ଅପୂର୍ବ ଭାବ ଆସେ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ସେ ସମସ୍ତ ବିଷୟ-ବାସନାକୁ ଦମନ କରିଥାଆନ୍ତି ତାହାକୁ 'ବୈରାଗ୍ୟ' ବା ଅନାସକ୍ତି କହନ୍ତି ।

ଦୁଇଟି ଶକ୍ତି ଆମର ସମଗ୍ର କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରବୃତ୍ତିର ନିୟାମକ—(୧) ଆମମାନଙ୍କ ନିଜର ଅଭିଜ୍ଞତା, (୨) ଅନ୍ୟର ଅଭିଜ୍ଞତା । ଏହି ଦୁଇ ଶକ୍ତି ଆମମାନଙ୍କ ମନୋହ୍ରଦରେ ନାନା ତରଙ୍ଗ ଉତ୍ପନ୍ନ କରୁଅଛି । ବୈରାଗ୍ୟ ଏହି ଶକ୍ତିଦ୍ୱୟ ବିରୋଧରେ ଯୁଦ୍ଧ କରିବାର ଓ ମନକୁ ବଶ କରିବାର ଶକ୍ତିସ୍ୱରୂପ । ସୁତରାଂ ଆମମାନଙ୍କର ପ୍ରୟୋଜନ, ଏହି କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରବୃତ୍ତିର ନିୟାମକ ଶକ୍ତିଦ୍ୱୟଙ୍କୁ ତ୍ୟାଗ କରିବାର ଶକ୍ତି ଲାଭ କରିବା । ମନେକର, ମୁଁ ବାଟରେ ଯାଉଛି, ଜଣେ ଲୋକ ଆସି ମୋ ଘଣ୍ଟାଟି କାଢ଼ିନେଲା । ଏହା ମୋ ନିଜର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷାନୁଭୂତି, ମୁଁ ନିଜେ ଦେଖିଲି, ତାହା ମୋ ଚିତ୍ତକୁ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ କ୍ରୋଧରୂପକ ବୃତ୍ତିରେ ପରିଣତ କଲା । କିନ୍ତୁ ଏହାକୁ ଆସିବାକୁ ଦେବ ନାହିଁ । ଯଦି ଏହା ନିବାରଣ କରି ନ ପାର, ତାହାହେଲେ ଜୀବନସଂଗ୍ରାମରେ ତୁମର କୌଣସି ମୂଲ୍ୟ ନାହିଁ । ଯଦି ନିବାରଣ କରିପାର, ତେବେ ତୁମର

ବୈରାଗ୍ୟ ଅଛି ବୋଲି ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ପୁନଶ୍ଚ ସଂସାରୀ ଲୋକ ଯେଉଁ ଭାବରେ ବିଷୟଭୋଗ କରନ୍ତି, ସେଥିରୁ ଆମର ବୋଧହୁଏ ଯେପରି କି ବିଷୟଭୋଗ ହିଁ ଜୀବନର ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଏଗୁଡ଼ିକ ଆମର ଭୟଙ୍କର ପ୍ରଲୋଭନ । ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଅସ୍ୱୀକାର କରିବା, ଅର୍ଥାତ୍ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଗ୍ରହଣ କରି ମନକୁ ବୃତ୍ତି-ଆକାର ଧାରଣ କରିବାକୁ ନ ଦେବା ହିଁ ବୈରାଗ୍ୟ । ସ୍ୱାନୁଭୂତ ଓ ପରାନୁଭୂତ ବିଷୟରୁ ଆମମାନଙ୍କ ମନରେ ଯେଉଁ ଦୁଇ ପ୍ରକାର କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରବୃତ୍ତିର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୁଏ, ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଦମନ କରିବା ଏବଂ ଚିତ୍ତକୁ ସେମାନଙ୍କର ବଶୀଭୂତ ହେବାକୁ ନ ଦେବା ହିଁ ବୈରାଗ୍ୟ । ପ୍ରବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଯେପରି ମୋ ଆୟତ୍ତରେ ରହନ୍ତି, ମୁଁ ଯେପରି ସେମାନଙ୍କ ଆୟତ୍ତାଧୀନ ନ ହୁଏ—ଏହି ପ୍ରକାର ମାନସିକ ଶକ୍ତିକୁ ବୈରାଗ୍ୟ କହନ୍ତି । ବୈରାଗ୍ୟ ମୁକ୍ତିର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ।

ତତ୍ପରଂ ପୁରୁଷଖ୍ୟାତେର୍ଗୁଣବୈତୃଷ୍ୟମ୍ ॥୧୬॥

—ଯେଉଁ ତୀବ୍ର ବୈରାଗ୍ୟ ଲାଭ ହେଲେ ଆମେ ଗୁଣଗୁଡ଼ିକରେ ମଧ୍ୟ ବୀତରାଗ ହେଉ ଓ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରୁ, ତାହା ହିଁ ପୁରୁଷର ପ୍ରକୃତ ସ୍ୱରୂପ ପ୍ରକାଶ କରିଥାଏ ।

ଯେତେବେଳେ ଏହି ବୈରାଗ୍ୟ ଗୁଣ ପ୍ରତି ଆମ ଆସକ୍ତିକୁ ମଧ୍ୟ ପରିତ୍ୟାଗ କରାଏ, ସେତେବେଳେ ତାହା ହିଁ ଶକ୍ତିର ଉଚ୍ଚତମ ବିକାଶ ! ପ୍ରଥମେ ପୁରୁଷ ବା ଆତ୍ମା କଣ, ଗୁଣଗୁଡ଼ିକ କଣ, ତାହା ଆମେ ଜାଣିବା ଉଚିତ । ଯୋଗଦର୍ଶନ ମତରେ ସମଗ୍ର ପ୍ରକୃତିରେ ତିନୋଟି ଶକ୍ତି ବା ଗୁଣ ଅଛି; ଏହି ଗୁଣଗୁଡ଼ିକରୁ ଗୋଟିକର ନାମ ତମଃ, ଅପରଟି ରଜଃ ଓ ତୃତୀୟଟି ସତ୍ତ୍ୱ । ଏହି ତିନି ଗୁଣ ବାହ୍ୟ ଜଗତରେ ଅନ୍ଧକାର ବା ଆଳସ୍ୟ, ଆକର୍ଷଣ ବା ବିକର୍ଷଣ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କର ସାମ୍ୟଭାବ—ଏହି ତ୍ରିବିଧ ଭାବରେ ପ୍ରକାଶ ପାଏ । ସମୁଦାୟ ପ୍ରକୃତି ଯାହା କିଛି ଆମେ ଦେଖୁଛୁ, ସବୁ ଏହି ତିନି ଶକ୍ତିର ସଂଯୋଗରେ ଉତ୍ପନ୍ନ । ସାଂଖ୍ୟଗଣ ପ୍ରକୃତିକୁ ନାନାପ୍ରକାର ତତ୍ତ୍ୱରେ ବିଭକ୍ତ କରିଛନ୍ତି; ମନୁଷ୍ୟର ଆତ୍ମା ଏଗୁଡ଼ିକର ବାହାରେ, ପ୍ରକୃତିର ବାହାରେ; ତାହା ସ୍ୱପ୍ରକାଶ, ଶୁଦ୍ଧ ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱରୂପ । ପ୍ରକୃତିରେ ଯେଉଁ ଚୈତନ୍ୟର ପ୍ରକାଶ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ, ତାହା ପ୍ରକୃତି ଉପରେ ଆତ୍ମାର ପ୍ରତିବିମ୍ବ ମାତ୍ର । ପ୍ରକୃତି ନିଜେ ଜଡ଼ । ଏହା ସ୍ମରଣ ରଖିବା ଉଚିତ ଯେ, ପ୍ରକୃତି କହିଲେ ତାହା ସହିତ ମନ ମଧ୍ୟ ଯୁକ୍ତ ଅଛି । ମନ ପ୍ରକୃତିର ଅନ୍ତର୍ଗତ, ଚିନ୍ତା ମଧ୍ୟ ପ୍ରକୃତିର ଅନ୍ତର୍ଗତ । ଚିନ୍ତାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଅତି ସ୍ଥୂଳତମ ଭୂତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମସ୍ତ ହିଁ ପ୍ରକୃତିର ଅନ୍ତର୍ଗତ—ପ୍ରକୃତିର ବିଭିନ୍ନ ବିକାଶ ମାତ୍ର । ଏହି ପ୍ରକୃତି ମନୁଷ୍ୟର ଆତ୍ମାକୁ ଆବୃତ୍ତ କରି ରଖିଅଛି; ଯେତେବେଳେ ପ୍ରକୃତି ଏହି ଆବରଣ ଉଠାଇନିଏ, ସେତେବେଳେ ଆତ୍ମା ସ୍ୱମହିମାରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଅନ୍ତି । ପଞ୍ଚଦଶ ସୂତ୍ରରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ଏହି ବୈରାଗ୍ୟଦ୍ୱାରା ପ୍ରକୃତି ବଶୀଭୂତ ହୁଏ ବୋଲି ତାହା ଆତ୍ମପ୍ରକାଶର ସହାୟକ । ପର ସୂତ୍ରରେ ସମାଧି ଅର୍ଥାତ୍ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଏକାଗ୍ରତାର ଲକ୍ଷଣ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି । ଏହା ଯୋଗୀର ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟ ।

ବିତର୍କବିଚାରାନନ୍ଦାସ୍ମିତାନୁଗମାତ୍* ସମ୍ପ୍ରଜ୍ଞାତଃ ॥୧୭॥

—ଯେଉଁ ସମାଧିରେ ବିତର୍କ, ବିଚାର, ଆନନ୍ଦ ଓ ଅସ୍ମିତା ଅନୁଗତ ଥାଏ, ତାହାକୁ ସମ୍ପ୍ରଜ୍ଞାତ ବା ସମ୍ୟକ୍ ଜ୍ଞାନପୂର୍ବକ ସମାଧି କୁହାଯାଏ ।

---

* ପାଠାନ୍ତରଃ ବିତର୍କବିଚାରାନନ୍ଦାସ୍ମିତାରୂପାନୁଗମାତ୍ ।

ସମାଧି ଦୁଇ ପ୍ରକାର । ଗୋଟିଏକୁ 'ସଂପ୍ରଜ୍ଞାତ' ଓ ଅନ୍ୟଟିକୁ 'ଅସଂପ୍ରଜ୍ଞାତ' କୁହାଯାଏ । ଏହି ସଂପ୍ରଜ୍ଞାତ ସମାଧିରେ ପ୍ରକୃତିକୁ ବଶୀଭୂତ କରିବାର ସମଗ୍ର ଶକ୍ତି ଆସେ । ସଂପ୍ରଜ୍ଞାତ ସମାଧି ପୁଣି ଚାରି ପ୍ରକାର । ପ୍ରଥମ ପ୍ରକାରକୁ 'ସବିତର୍କ ସମାଧି' କହନ୍ତି । ଏହି ସମାଧିରେ ମନକୁ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିଷୟରୁ କାଢ଼ିଆଣି କୌଣସି ଏକ ବିଷୟର ପୁନଃ ପୁନଃ ଅନୁଧ୍ୟାନରେ ନିଯୁକ୍ତ କରିବାକୁ ପଡ଼େ । ଏପରି ଚିନ୍ତା ବା ଧ୍ୟାନର ବିଷୟ ଦୁଇ ପ୍ରକାର:—(୧) ଚତୁର୍ବିଂଶତି (ଜଡ଼) ତତ୍ତ୍ୱ ଓ (୨) ଚେତନ ପୁରୁଷ । ଯୋଗର ଏହି ଅଂଶଟି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନ ଉପରେ ସ୍ଥାପିତ । ଏହି ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନର କଥା ତୁମମାନଙ୍କୁ ପୂର୍ବରୁ କହିଅଛି । ତୁମମାନଙ୍କର ସ୍ମରଣ ଥାଇପାରେ ମନ, ବୁଦ୍ଧି ଓ ଅହଙ୍କାର-ଏଗୁଡ଼ିକର ଗୋଟିଏ ସାଧାରଣ ଭିତ୍ତିଭୂମି ଅଛି ଯାହାକୁ 'ଚିତ୍ତ' କହନ୍ତି । ଚିତ୍ତରୁ ହିଁ ସେଗୁଡ଼ିକର ଉତ୍ପତ୍ତି । ଏହି ଚିତ୍ତ ପ୍ରକୃତିରୁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଶକ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରି ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଚିନ୍ତାରୂପରେ ପରିଣତ କରେ । ପୁନଶ୍ଚ ଶକ୍ତି ଓ ଜଡ଼ପଦାର୍ଥ ଉଭୟଙ୍କର କାରଣସ୍ୱରୂପ ଏକ ପଦାର୍ଥ ଅଛି, ତାହା ସ୍ୱୀକାର କରିବାକୁ ହେବ । ଏହାକୁ 'ଅବ୍ୟକ୍ତ' କହନ୍ତି-ତାହା ସୃଷ୍ଟିର ପ୍ରାକ୍‌କାଳୀନ ପ୍ରକୃତିର ଅପ୍ରକାଶିତ ଅବସ୍ଥା । କଳ୍ପାନ୍ତରେ ସମଗ୍ର ପ୍ରକୃତି ସେଠାକୁ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କରେ, ପୁଣି କିଛିକାଳ ପରେ ପରକଳ୍ପରେ ସେଥିରୁ ସମୁଦାୟ ପୁନରାବିର୍ଭୂତ ହୁଏ । ଏହି ସମସ୍ତର ଅତୀତ ପ୍ରଦେଶରେ ଚୈତନ୍ୟମୟ ପୁରୁଷ ରହିଛନ୍ତି । ଜ୍ଞାନ ହିଁ ପ୍ରକୃତ ଶକ୍ତି । କୌଣସି ବସ୍ତୁ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଜ୍ଞାନଲାଭ ହେଲେ ଆମେ ତାହା ଉପରେ କ୍ଷମତା ଲାଭ କରୁ । ଯେତେବେଳେ ଆମମାନଙ୍କ ମନ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ବିଷୟ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ କରେ, ସେତେବେଳେ ସେଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ଏହା କ୍ଷମତା ଲାଭ କରିଥାଏ । ଯେଉଁ ସମାଧିରେ ସ୍ଥୂଳ ଭୂତଗଣ ଧ୍ୟେୟ ବସ୍ତୁ ହୁଅନ୍ତି, ତାହାକୁ ସବିତର୍କ କହନ୍ତି । 'ବିତର୍କ' ଅର୍ଥ ପ୍ରଶ୍ନ— 'ସବିତର୍କ' ଅର୍ଥ ପ୍ରଶ୍ନ ସହିତ । ଯେଉଁ ପ୍ରକାର ଧ୍ୟାନରେ ଭୂତସମୂହ ସେମାନଙ୍କ ଅନ୍ତର୍ଗତ ସତ୍ୟ ଓ ସେମାନଙ୍କର ସମଗ୍ର ଶକ୍ତି ଏହି ଧ୍ୟାନପରାୟଣ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତି—ଯେପରିକି ଏଥିପାଇଁ ଆମେ ଭୂତଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରଶ୍ନ କରିଥିଲୁ—ତାହାକୁ 'ସବିତର୍କ' କୁହାଯାଏ । କିନ୍ତୁ କେବଳ ଶକ୍ତି ଲାଭ କଲେ ମୁକ୍ତି ହୁଏ ନାହିଁ । ତାହା କେବଳ ଭୋଗର ଚେଷ୍ଟା । ଆମ ଜୀବନରେ ଯଥାର୍ଥ ଭୋଗ ବୋଲି କିଛି ନାହିଁ । ଭୋଗ-ସୁଖର ଅନ୍ୱେଷଣ ବୃଥା; ଏହା ଜଗତରେ ଅତି ପ୍ରାଚୀନ ଉପଦେଶ; କିନ୍ତୁ ମନୁଷ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଏହା ଧାରଣା କରିବା ଅତି କଠିନ । ଯେତେବେଳେ ସେ ଏହା ଧାରଣା କରିପାରେ, ସେତେବେଳେ ସେ ଜଗତର ଅତୀତ ହୋଇ ମୁକ୍ତ ହୁଏ । ଉକ୍ତ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକୁ ସାଧାରଣତଃ ଗୁହ୍ୟଶକ୍ତି କହନ୍ତି । ତାହା ଲାଭ କଲେ ଭୋଗର ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ ମାତ୍ର; କିନ୍ତୁ ପରିଶେଷରେ ସେଥିରୁ ଯନ୍ତ୍ରଣା ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧିପାଏ । ବୈଜ୍ଞାନିକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଦେଖି ପତଞ୍ଜଳି ଏହି ଗୁହ୍ୟଶକ୍ତି ଲାଭର ସମ୍ଭାବନା ସ୍ୱୀକାର କରିଛନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ଏହି ସକଳ ଶକ୍ତିର ପ୍ରଲୋଭନରୁ ଆମକୁ ସାବଧାନ କରିଦେବା ସେ ନିଜର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ବୋଲି ମନେ କରିଛନ୍ତି ।

ପୁନଶ୍ଚ ସେହି ଧ୍ୟାନରେ ଯେତେବେଳେ ଭୂତସମୂହକୁ ଦେଶ ଓ କାଳରୁ ପୃଥକ୍ କରି ଚିନ୍ତା କରାଯାଏ, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ ନିର୍ବିତର୍କ ସମାଧି କହନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ଧ୍ୟାନ ଆଉ ଏକ ସୋପାନ ଅଗ୍ରସର ହୁଏ ଏବଂ ତନ୍ମାତ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ଧ୍ୟାନର ବିଷୟ କରି ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଦେଶକାଳର ଅନ୍ତର୍ଗତ ବୋଲି ଚିନ୍ତା କରାଯାଏ, ସେତେବେଳେ ଏହି ଧ୍ୟାନକୁ 'ସବିଚାର ସମାଧି' କହନ୍ତି । ପୁଣି ଏହି ସମାଧିରେ ଯେତେବେଳେ ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୂତଗୁଡ଼ିକର ଦେଶକାଳ ବିବର୍ଜିତ ସ୍ୱସ୍ୱରୂପର ଚିନ୍ତା କରାଯାଏ, ସେତେବଳେ ତାହାକୁ 'ନିର୍ବିଚାର ସମାଧି' କହନ୍ତି ।

ପରବର୍ତ୍ତୀ ସୋପାନରେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଓ ସ୍ଥୂଳ ଉଭୟ ପ୍ରକାର ଭୂତର ଚିନ୍ତା ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଅନ୍ତଃକରଣକୁ—ମନକୁ ଧ୍ୟାନର ବିଷୟ କରିବାକୁ ହୁଏ । ଯେତେବେଳେ ଅନ୍ତଃକରଣକୁ ରଜସ୍ତମୋଗୁଣରୁ ପୃଥକ୍ କରି ଚିନ୍ତା କରାଯାଏ, ସେତେବେଳେ ଏହାକୁ 'ସାନନ୍ଦ ସମାଧି' କହନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ମନ ହିଁ ଧ୍ୟାନର ବିଷୟ ହୁଏ, ଯେତେବେଳେ ଏହି ସମାଧି ଏକାଗ୍ର ଓ ପରିପକ୍ୱ ହୋଇଯାଏ; ସେତେବେଳେ ସ୍ଥୂଳ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ସମଗ୍ର ଭୂତର ଚିନ୍ତା ପରିତ୍ୟକ୍ତ ହୋଇ ମନର ସ୍ୱରୂପାବସ୍ଥା ହିଁ ଧ୍ୟେୟ ବିଷୟ ହୁଏ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିଷୟଠାରୁ ପୃଥକୀକୃତ ହୋଇ କେବଳ ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଅହଂକାର ଅବଶିଷ୍ଟ ରହେ, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ 'ଅସ୍ମିତା-ସମାଧି' କୁହାଯାଏ । ଏ ଅବସ୍ଥାରେ ମଧ୍ୟ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ମନର ଅତୀତକୁ ଆମେ ଯାଇପାରୁ ନାହିଁ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଏ ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରିଛନ୍ତି, ସେ ବେଦରେ 'ବିଦେହ' ବୋଲି ଉକ୍ତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି । ସେ ନିଜକୁ ସ୍ଥୂଳଦେହଶୂନ୍ୟରୂପେ ଚିନ୍ତା କରିପାରନ୍ତି ସତ; କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କୁ ନିଜକୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରଧାରୀ ବୋଲି ଅବଶ୍ୟ ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ହେବ । ଯେଉଁମାନେ ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ରହି ସୁଦ୍ଧା ପରମପଦ ଲାଭ ନ କରି ପ୍ରକୃତିରେ ଲୟପ୍ରାପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ 'ପ୍ରକୃତିଲୀନ' କୁହାଯାଏ; କିନ୍ତୁ ଯେଉଁମାନେ ଏଥିରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ, ସେମାନେ ହିଁ ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟ ମୁକ୍ତି ଲାଭ କରନ୍ତି ।

ବିରାମ-ପ୍ରତ୍ୟୟାଭ୍ୟାସପୂର୍ବଃ ସଂସ୍କାରଶେଷୋଽନ୍ୟଃ ॥୧୮॥

—ଅନ୍ୟ (ଅସମ୍ପ୍ରଜ୍ଞାତ) ସମାଧିରେ ସର୍ବଦା ସମୁଦାୟ ମାନସିକ କ୍ରିୟାର ବିରାମ ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ହୁଏ; (ଏଥିରେ) କେବଳ ଚିତ୍ତର ଦୃଢ଼ ସଂସ୍କାର ମାତ୍ର ଅବଶିଷ୍ଟ ଥାଏ ।

ଏହା ହିଁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ଞାନାତୀତ 'ଅସଂପ୍ରଜ୍ଞାତ ସମାଧି'; ଏହି ସମାଧି ଆମମାନଙ୍କୁ ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ । ପ୍ରଥମେ ଯେଉଁ ସମାଧି କଥା କୁହାଯାଇଅଛି, ତାହା ଆମକୁ ମୁକ୍ତି ଦେଇପାରେ ନାହିଁ—ଆତ୍ମାକୁ ମୁକ୍ତ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ସମଗ୍ର ଶକ୍ତି ଲାଭ କରିପାରେ, କିନ୍ତୁ ତା'ର ପୁନରାୟ ପତନ ହେବ । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆତ୍ମାପ୍ରକୃତିର ଅତୀତ ଅବସ୍ଥାକୁ (ସଂପ୍ରଜ୍ଞାତ ସମାଧିର ଅତୀତକୁ) ଯାଇ ନ ପାରିଛି, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପତନର ଭୟ ରହିବ । ଧ୍ୟାନର ଏହି ପ୍ରଣାଳୀ ଖୁବ୍ ସହଜ ବୋଲି ବୋଧ ହେଲେ ସୁଦ୍ଧା ଏହା ଲାଭ କରିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ କଠିନ । ଏହାର ପ୍ରଣାଳୀ ହେଉଛି—ମନକୁ ଧ୍ୟାନର ବିଷୟ କରିବା । ଯେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ମନରେ କୌଣସି ଚିନ୍ତା ଆସିବ, ସେତେବେଳେ ଏହାକୁ ଦମନ କର; ମନରେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଚିନ୍ତା ନ ଆଣି ତାହାକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଶୂନ୍ୟ କର । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଯଥାର୍ଥରୂପେ ଏହା ସାଧନ କରିପାରିବୁ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିବୁ । ପୂର୍ବର ସାଧନ ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଆୟତ୍ତ ହୋଇ ନାହିଁ, ସେମାନେ ଯେତେବେଳେ ମନକୁ ଶୂନ୍ୟ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେମାନଙ୍କର ଚିତ୍ତ ଅଜ୍ଞାନସ୍ୱଭାବ ତମୋଗୁଣଦ୍ୱାରା ଆବୃତ ହୋଇଯାଏ— ତମୋଗୁଣ ସେମାନଙ୍କ ମନକୁ ଅଳସ ଓ ଅକର୍ମଣ୍ୟ କରିପକାଏ । ସେମାନେ କିନ୍ତୁ ମନେକରନ୍ତି, 'ଆମେ ମନକୁ ଶୂନ୍ୟ କରୁଛୁ' । ଏହା ସଠିକ ଭାବରେ ସମାଧାନ କରିପାରିବା ଉଚ୍ଚତମ ଶକ୍ତିର ପ୍ରକାଶ । ଯେତେବେଳେ ଏହି ଅସଂପ୍ରଜ୍ଞାତ ଅର୍ଥାତ୍ ଜ୍ଞାନାତୀତ ଅବସ୍ଥା ଲାଭ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ସମାଧି ନିର୍ବୀଜ ହୋଇଯାଏ । ଏହାର ଅର୍ଥ କଅଣ ? ସଂପ୍ରଜ୍ଞାତ ସମାଧିରେ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଦମିତ ହୁଏ ମାତ୍ର, ଅର୍ଥାତ୍ ସେଗୁଡ଼ିକ ସଂସ୍କାର ବା ବୀଜାକାରରେ ରହିଥାଏ । ସମୟ ଆସିଲେ ପୁନରାୟ ତରଙ୍ଗାକାରରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ସଂସ୍କାର

ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଧ୍ୱଂସ ହୋଇଯାଏ, ସେତେବେଳେ ମନ ପ୍ରାୟ ବିନଷ୍ଟ ହୋଇଆସେ, ସେତେବେଳେ ସମାଧି ନିର୍ବୀଜ ହୋଇଥାଏ । ସେତେବେଳେ ମନ ଭିତରେ ଏପରି କୌଣସି ସଂସ୍କାରର ବୀଜ ରହେ ନାହିଁ, ଯେଉଁଥିରୁ ଏହି ଜୀବନଚକ୍ର ପୁନଃ ଆବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇପାରିବ—ଯେଉଁଥିରୁ ଏହି ଅବିରାମ ଜନ୍ମମୃତ୍ୟୁ ପୁନଃ ଆବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇପାରିବ ।

ଅବଶ୍ୟ ତୁମେମାନେ ପଚାରିପାର, ଯେଉଁ ଅବସ୍ଥାରେ ଜ୍ଞାନ ରହିବ ନାହିଁ, ଯେଉଁଠାରେ ମନ ରହିବ ନାହିଁ, ତାହା ପୁଣି କିପରି ଅବସ୍ଥା ? ଯାହାକୁ ଆମେ 'ଜ୍ଞାନ' କହୁ, ତାହା ଏହି ଜ୍ଞାନାତୀତ ଅବସ୍ଥା ତୁଳନାରେ ଏକ ନିମ୍ନତର ଅବସ୍ଥା । ଏହା ସର୍ବଦା ସ୍ମରଣ ରଖିବା ଉଚିତ ଯେ, କୌଣସି ବିଷୟର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଓ ସର୍ବନିମ୍ନ ପ୍ରାନ୍ତଦ୍ୱୟ ପ୍ରାୟ ଏକାପ୍ରକାର ଦେଖାଯାଆନ୍ତି । ଇଥରର କମ୍ପନ ମୃଦୁତମ ହେଲେ ତାହାକୁ 'ଅନ୍ଧକାର' କହନ୍ତି, ମଧ୍ୟ-ଅବସ୍ଥାରେ ତାହା ଆଲୋକ ଓ ତାହାର ଉଚ୍ଚତମ କମ୍ପନ ପୁଣି ଅନ୍ଧକାର । କିନ୍ତୁ ଏ ଦୁଇ ପ୍ରକାର ଅନ୍ଧକାର କଅଣ ସମାନ ? ସେଥିରୁ ଗୋଟିଏ ପ୍ରକୃତ ଅନ୍ଧକାର, ଅପରଟି ତୀବ୍ର ଆଲୋକ, ତଥାପି ଉଭୟ ଆପାତତଃ ଏକ ପ୍ରକାରର । ଅତଏବ ଅଜ୍ଞାନ ସର୍ବାପେକ୍ଷା ନିମ୍ନାବସ୍ଥା, ଜ୍ଞାନ ମଧ୍ୟାବସ୍ଥା, କାରଣ ଏହି ଜ୍ଞାନର ଅତୀତ ଗୋଟିଏ ଉଚ୍ଚ ଅବସ୍ଥା ଅଛି । କିନ୍ତୁ ଅଜ୍ଞାନାବସ୍ଥା ଓ ଜ୍ଞାନାତୀତ ଅବସ୍ଥା ଦେଖିବାକୁ ଗଲେ ଏକପ୍ରକାରର । ଆମେ ଯାହାକୁ 'ଜ୍ଞାନ' କହୁ, ତାହା ଏକ ମିଶ୍ର ପଦାର୍ଥ, ତାହା ଚରମ ସତ୍ୟ ନୁହେଁ । ଏହି ଉଚ୍ଚତର ସମାଧି ଅଭ୍ୟାସ କଲେ କଅଣ ହେବ ? ଫଳରେ ଆମର ଅସ୍ଥିରତା ଓ ଜଡ଼ତ୍ୱ ପ୍ରତି ମନର ଯେଉଁ ପ୍ରବଣତା ଥିଲା, ତାହା ନଷ୍ଟ ହୋଇଯିବ ଏବଂ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସତ୍‌ପ୍ରକୃତିର ମଧ୍ୟ ନାଶ ହୋଇଯିବ । ଅପରିଷ୍କୃତ ସୁବର୍ଣ୍ଣରୁ ତାହାର ଖାଦ ବାହାର କରିବା ପାଇଁ କୌଣସି ରାସାୟନିକ ଦ୍ରବ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କଲେ ଯାହା ହୁଏ, ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ତାହା ହୋଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଖଣିରୁ ଉତ୍ତୋଳିତ ଧାତୁକୁ ତରଳାଯାଏ, ସେତେବେଳେ ଯେଉଁ ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥଗୁଡ଼ିକ ତାହା ସହିତ ମିଶ୍ରିତ କରିବାକୁ ପଡ଼େ ସେଗୁଡ଼ିକ ଏହି ଖାଦ ସହିତ ତରଳିଯାଏ । ଏହିପରି ସଂଯମଶକ୍ତି ବଳରେ ପୂର୍ବର ଅସତ୍ ପ୍ରବୃତ୍ତି ଓ ତତ୍‌ସହିତ ସତ୍‌ପ୍ରବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଚାଲିଯିବ । ଏହିପରି ସଦସତ୍ ପ୍ରବୃତ୍ତିଦ୍ୱୟ ପରସ୍ପରକୁ ଅଭିଭୂତ କରିପକାଇବ । ଭଲମନ୍ଦ ସର୍ବବନ୍ଧନବିମୁକ୍ତ ହୋଇ ଆତ୍ମା ସ୍ୱ-ମହିମାରେ ସର୍ବବ୍ୟାପୀ, ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍ ଓ ସର୍ବଜ୍ଞରୂପେ ଅବସ୍ଥାନ କରିବେ । ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି ତ୍ୟାଗ କରି ଆତ୍ମା ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ ହୁଅନ୍ତି; ଜୀବନର ଅଭିମାନ ତ୍ୟାଗ କରି ଜୀବାତ୍ମା ମୃତ୍ୟୁ ଅତିକ୍ରମ କରନ୍ତି; କାରଣ ସେତେବେଳେ ସେ ମହାପ୍ରାଣରୂପେ ଅବସ୍ଥାନ କରନ୍ତି । ସେତେବେଳେ କେବଳ ଜୀବାତ୍ମା ଜାଣିପାରିବେ, କେବେହେଲେ ତାଙ୍କର ଜନ୍ମମୃତ୍ୟୁ ନ ଥିଲା, ତାଙ୍କର ସ୍ୱର୍ଗ ବା ପୃଥିବୀର କୌଣସି ପ୍ରୟୋଜନ ନ ଥିଲା । ସେତେବେଳେ ସେ ବୁଝିବେ, ସେ କେବେହେଲେ ଆସି ନାହାନ୍ତି, କେଉଁଠାକୁ ଯାଇ ନାହାନ୍ତି । ଯିବା ଆସିବା କେବଳ ପ୍ରକୃତିର ଏବଂ ପ୍ରକୃତିର ଏହି ଗତି ଆତ୍ମା ଉପରେ ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ ହୋଇଥିଲା । ଦର୍ପଣରୁ ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ ଆଲୋକ କାନ୍ଥ ଉପରେ ପଡ଼ି ହଲୁଛି । କିନ୍ତୁ କାନ୍ଥ ଭାବୁଛି, ମୁଁ ହଲୁଛି । ସମସ୍ତଙ୍କର ଏହି ଅବସ୍ଥା; ଚିତ୍ତ କ୍ରମାଗତ ଏପଟ ସେପଟକୁ ଯାଉଛି, ସେ ନିଜକୁ ନାନା ରୂପରେ ପରିଣତ କରୁଅଛି; କିନ୍ତୁ ଆମେ ମନେକରୁଛୁ, ଯେପରିକି ଆମେ ଏହି ବିଭିନ୍ନ ଆକାର ଧାରଣ କରୁଅଛୁ । ଏହି ଅଜ୍ଞାନ ଚାଲିଯିବ । ସେହି ସିଦ୍ଧାବସ୍ଥାରେ ଆତ୍ମା ଯେତେବେଳେ ଯାହା ଆଜ୍ଞା କରିବେ—ପ୍ରାର୍ଥନା ବା

ଭିକ୍ଷା ନୁହେଁ—ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ତାହା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେବ; ସେ ଯାହା ଇଚ୍ଛା କରିବେ, ତାହା କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ହେବେ । ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନ ମତରେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ନାହିଁ । ଏହି ଦର୍ଶନ ମତରେ ଜଗତରେ ଈଶ୍ୱର ବୋଲି କେହି ନାହାନ୍ତି; କାରଣ ଯଦି ଈଶ୍ୱର ବୋଲି କେହି ଥାଆନ୍ତି ତେବେ ସେ ନିଶ୍ଚୟ ଆତ୍ମା । ପୁନଶ୍ଚ ଆତ୍ମା ହୁଏତ ବଦ୍ଧ, ନତୁବା ମୁକ୍ତ । ଯେଉଁ ଆତ୍ମା ପ୍ରକୃତିଦ୍ୱାରା ବଦ୍ଧ ବା ବଶୀଭୂତ, ସେ ତ ନିଜେ କ୍ରୀତଦାସ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଆତ୍ମା ଯଦି ମୁକ୍ତ ହୁଅନ୍ତି, ତା'ହେଲେ ମୁକ୍ତ ଆତ୍ମା କାହିଁକି ସୃଷ୍ଟି କରିବେ, କାହିଁକି ବା ଏହି ଜଗତର ସମସ୍ତ କ୍ରିୟାଦି ବହନ କରିବେ ? ତାଙ୍କର କୌଣସି ବାସନା ନାହିଁ, ସୁତରାଂ ତାଙ୍କର ସୃଷ୍ଟି କରିବାର କୌଣସି ପ୍ରୟୋଜନ ଥାଇ ନ ପାରେ । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନ କହେ ଯେ, ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସମ୍ବନ୍ଧରେ କୌଣସି ମତବାଦ ଅନାବଶ୍ୟକ । ପ୍ରକୃତିକୁ ସ୍ୱୀକାର କଲେ ଯେତେବେଳେ ସବୁ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରାଯାଏ, ସେତେବେଳେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ଆଉ ପ୍ରୟୋଜନ କଅଣ ? ତେବେ କପିଳ କହନ୍ତି, ଅନେକ ଆତ୍ମା ଏପରି ଅଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ସିଦ୍ଧାବସ୍ଥାର ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ହୋଇଅଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଅଲୌକିକ ଶକ୍ତି ଓ କାମନା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ତ୍ୟାଗ କରି ନ ପାରିବା ଫଳରେ ସିଦ୍ଧ ହୋଇପାରୁ ନାହାନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମନ କିଛିକାଳ ପ୍ରକୃତିରେ ଲୀନ ଥାଏ । ସେମାନେ ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରଭୁରୂପେ ପୁନରାବିର୍ଭୂତ ହୁଅନ୍ତି । ଆମେ ସମସ୍ତେ ଏକଦା ଏହିପରି ଈଶ୍ୱରତ୍ୱ ଲାଭ କରିବୁ । ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନ ମତରେ ବେଦରେ ଯେଉଁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ବର୍ଣ୍ଣନା ଅଛି, ତାହା ଏହିପରି ଜନୈକ ମୁକ୍ତାତ୍ମାଙ୍କର ବର୍ଣ୍ଣନା ମାତ୍ର । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ନିତ୍ୟମୁକ୍ତ, ଆନନ୍ଦମୟ, ବିଶ୍ୱ-ସୃଷ୍ଟି କର୍ତ୍ତା କେହି ନାହାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, 'ନା' ଈଶ୍ୱର ଅଛନ୍ତି; ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତେ ଆତ୍ମା— ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଠାରୁ ପୃଥକ୍ ଜଣେ ବିଶେଷ ପୁରୁଷ ଅଛନ୍ତି ; ସେ ସମଗ୍ର ସୃଷ୍ଟିର ନିତ୍ୟ ପ୍ରଭୁ, ନିତ୍ୟ ମୁକ୍ତ, ସକଳ ଗୁରୁଙ୍କ ଗୁରୁ ।' ସାଂଖ୍ୟମାନେ ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ 'ପ୍ରକୃତିଲୀନ' କହନ୍ତି, ଯୋଗୀମାନେ ମଧ୍ୟ ସେମାନଙ୍କର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତି । ସେମାନେ କହନ୍ତି ଯେ, ଏମାନେ ଅସିଦ୍ଧ ବା ଅସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଗୀ । ଯେତେବେଳେ କିଛିକାଳ ପାଇଁ ଏମାନଙ୍କ ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟପ୍ରାପ୍ତି ବ୍ୟାହତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ସେମାନେ ଜଗତର ଏକ ଅଂଶବିଶେଷର ନିୟନ୍ତାରୂପେ ଅବସ୍ଥାନ କରନ୍ତି ।

ଭବ-ପ୍ରତ୍ୟୟୋ ବିଦେହ-ପ୍ରକୃତିଲୟାନାମ୍ ॥୧୯॥

—(ଏହି ସମାଧି ପର-ବୈରାଗ୍ୟ ସହିତ ଅନୁଷ୍ଠିତ ନ ହେଲେ) ତାହା ଦେବତା ଓ ପ୍ରକୃତିଲୀନମାନଙ୍କର ପୁନରୁତ୍ପତ୍ତିର କାରଣ ହୁଏ ।

ଭାରତୀୟ ଧର୍ମ ଓ ଦର୍ଶନଶାସ୍ତ୍ରରେ ଦେବତା ଅର୍ଥରେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଉଚ୍ଚ ପଦସ୍ଥ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ବୁଝାଏ । ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଜୀବାତ୍ମା କ୍ରମାନ୍ୱୟରେ ଏହି ପଦ ପୂରଣ କରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେହି ହେଲେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ନୁହନ୍ତି ।

ଶ୍ରଦ୍ଧା-ବୀର୍ଯ୍ୟ-ସ୍ମୃତି-ସମାଧି-ପ୍ରଜ୍ଞା-ପୂର୍ବକ ଇତରେଷାମ୍ ॥୨୦॥

—ଅପର କାହାରି କାହାରି ପକ୍ଷରେ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଅର୍ଥାତ୍ ବିଶ୍ୱାସ, ବୀର୍ଯ୍ୟ ଅର୍ଥାତ୍ ମନର ତେଜ, ସ୍ମୃତି, ସମାଧି ବା ଏକାଗ୍ରତା ଓ ପ୍ରଜ୍ଞା ଅର୍ଥାତ୍ ସତ୍ୟ ବସ୍ତୁର ବିବେକ ଇତ୍ୟାଦିରୁ ଏହି ସମାଧି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ।

ଯେଉଁମାନେ ଦେବତ୍ୱ ଅଥବା କୌଣସି କଳ୍ପର ଶାସନଭାର ପ୍ରାର୍ଥନା କରନ୍ତି ନାହିଁ, ସେମାନଙ୍କ କଥା କୁହାଯାଇଅଛି । ସେମାନେ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରନ୍ତି ।

ତୀବ୍ରସଂବେଗାନାମାସନ୍ନଃ ॥୨୧॥

—ଯେଉଁମାନେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଆଗ୍ରହଯୁକ୍ତ ଓ ଉତ୍ସାହୀ, ସେମାନେ ଅତି ଶୀଘ୍ର ଯୋଗରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି ।

ମୃଦୁମଧ୍ୟାଧିମାତ୍ରତ୍ୱାତ୍ ତତୋଽପି ବିଶେଷଃ ॥୨୨॥

—ପୁନଶ୍ଚ ମୃଦୁ ଚେଷ୍ଟା, ମଧ୍ୟମ ଚେଷ୍ଟା ଅଥବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଅଧିକ ଚେଷ୍ଟା ଅନୁଯାୟୀ ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ସିଦ୍ଧିର ପ୍ରଭେଦ ହୋଇଥାଏ ।

ଈଶ୍ୱରପ୍ରଣିଧାନାଦ୍ୱା ॥୨୩॥

—ଅଥବା ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପ୍ରତି ଭକ୍ତିଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ (ସମାଧିଲାଭ) ହୁଏ ।

କ୍ଲେଶକର୍ମବିପାକାଶୟୈରପରାମୃଷ୍ଟଃ ପୁରୁଷବିଶେଷ ଈଶ୍ୱରଃ ॥୨୪॥

—ଏକ ବିଶେଷ ପୁରୁଷ, ଯିଏ ଦୁଃଖ, କର୍ମ, କର୍ମଫଳ ଅଥବା ବାସନାଦ୍ୱାରା ଅସ୍ପୃଷ୍ଟ, ସେ ଈଶ୍ୱର (ପରମ ନିୟନ୍ତା) ।

ଆମମାନଙ୍କୁ ଏଠାରେ ପୁନରାୟ ସ୍ମରଣ କରିବାକୁ ହେବ ଯେ, ପାତଞ୍ଜଳ ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନ ଉପରେ ସ୍ଥାପିତ । ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନରେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ସ୍ଥାନ ନାହିଁ । ଯୋଗୀମାନେ କିନ୍ତୁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ସ୍ୱୀକାର କରିଥାଅନ୍ତି । ଯୋଗୀଗଣ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ସ୍ୱୀକାର କଲେ ମଧ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱାଦି ଈଶ୍ୱର ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ବିବିଧ ଭାବର କୌଣସି ପ୍ରସଙ୍ଗ ଉତ୍ଥାପନ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଯୋଗୀମାନଙ୍କର 'ଈଶ୍ୱର' ଅର୍ଥରେ ଜଗତର ସୃଷ୍ଟିକର୍ତ୍ତା ଈଶ୍ୱର ସୂଚିତ ହୋଇ ନାହାନ୍ତି; ବେଦମତରେ କିନ୍ତୁ ଈଶ୍ୱର ଜଗତର ସୃଷ୍ଟିକର୍ତ୍ତା । ବେଦର ଅଭିପ୍ରାୟ ଏହି—ଜଗତରେ ଯେତେବେଳେ ଏକ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟର ଭାବ ଦେଖାଯାଉଛି, ସେତେବେଳେ ଏ ଜଗତକୁ ଅବଶ୍ୟ ଜଣକର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ବିକାଶ ବୋଲି ବୁଝିବାକୁ ହେବ ।

ଯୋଗୀମାନେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଅସ୍ତିତ୍ୱ ସ୍ଥାପନ ପାଇଁ ଏକ ନୂତନ ଧରଣର ଯୁକ୍ତିର ଅବତାରଣା କରନ୍ତି । ସେମାନେ କହନ୍ତି—

ତତ୍ର ନିରତିଶୟଂ ସର୍ବଜ୍ଞତ୍ୱବୀଜମ୍ ॥୨୫ ॥

—ଅନ୍ୟଠାରେ ଯେଉଁ ସର୍ବଜ୍ଞତ୍ୱର ବୀଜ (ମାତ୍ର) ଅଛି, ତାହା ତାହାଙ୍କଠାରେ ନିରତିଶୟ ଅର୍ଥାତ୍ ଅନନ୍ତ ଭାବ ଧାରଣ କରେ ।

ଅତି ବୃହତ୍ ଓ ଅତି କ୍ଷୁଦ୍ର ଏହି ଦୁଇଟି ଚରମ ଭାବ ମଧ୍ୟରେ ମନକୁ ଭ୍ରମଣ କରିବାକୁ ହିଁ ହେବ । ତୁମେ ସୀମାବଦ୍ଧ ଦେଶର କଥା ଚିନ୍ତା କରିପାର, କିନ୍ତୁ ତାହା ଚିନ୍ତା କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ତୁମକୁ ଅନନ୍ତ ଦେଶର କଥା ମଧ୍ୟ ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ହେବ । ଚକ୍ଷୁ ମୁଦ୍ରିତ କରି ଯଦି ଗୋଟିଏ କ୍ଷୁଦ୍ର ଦେଶ କଥା ଚିନ୍ତା କର, ତା'ହେଲେ ଦେଖିବ, ଯେତେବେଳେ ଏହି ଦେଶରୂପକ କ୍ଷୁଦ୍ର ବୃତ୍ତକୁ ଦେଖୁଛ, ସେତେବେଳେ ତାହାର ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ଅନନ୍ତ-ବିସ୍ତୃତ ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ବୃତ୍ତ ମଧ୍ୟ ରହିଅଛି । କାଳ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମଧ୍ୟ ସେହି କଥା । ମନେକର, ତୁମେ ଏକ ସେକେଣ୍ଡ ସମୟର କଥା ଯେତେବେଳେ ଭାବୁଛ, ସେତେବେଳେ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ତୁମକୁ ଅନନ୍ତକାଳର କଥା ମଧ୍ୟ ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ହେବ । ଜ୍ଞାନ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମଧ୍ୟ ସେହିପରି । ମନୁଷ୍ୟଠାରେ କେବଳ ଜ୍ଞାନର ବୀଜ ଅଛି । କିନ୍ତୁ ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ଜ୍ଞାନ କଥା ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ହେଲେ, ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଅନନ୍ତ ଜ୍ଞାନର କଥା ମଧ୍ୟ ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ହେବ । ସୁତରାଂ ଆମ ମନର ଗଠନରୁ ଏହା ପ୍ରତିପନ୍ନ ହୁଏ ଯେ, ଏକ ଅନନ୍ତ ଜ୍ଞାନ ରହିଅଛି, ଯୋଗୀମାନେ ସେହି ଅନନ୍ତ ଜ୍ଞାନକୁ ହିଁ ଈଶ୍ୱର କହନ୍ତି ।

ସ ପୂର୍ବେଷାମପି ଗୁରୁଃ କାଳେନାନବଚ୍ଛେଦାତ୍ ।।୨୬।।

—ସେ ପୂର୍ବ ପୂର୍ବ (ପ୍ରାଚୀନ) ଗୁରୁମାନଙ୍କର ଗୁରୁ, କାରଣ ସେ କାଳଦ୍ୱାରା ସୀମାବଦ୍ଧ ନୁହନ୍ତି ।

ଆମ ଭିତରେ ସମଗ୍ର ଜ୍ଞାନ ରହିଅଛି ସତ୍ୟ, କିନ୍ତୁ ଅପର ଏକ ଜ୍ଞାନଦ୍ୱାରା ତାହାକୁ ଜାଗରିତ କରିବାକୁ ହେବ । ଜାଣିବାର ଶକ୍ତି ଆମ ଭିତରେ ରହିଅଛି ସତ, କିନ୍ତୁ ତାହାକୁ ଜାଗ୍ରତ କରିବାକୁ ହେବ । ଆଉ ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ଏହି ଜ୍ଞାନର ଉନ୍ମେଷ କେବଳ ଅପର ଗୋଟିଏ ଜ୍ଞାନ ସାହାଯ୍ୟରେ ହିଁ ସମ୍ଭବ । ପ୍ରାଣହୀନ ଅଚେତନ ଜଡ଼ର ପ୍ରଭାବରେ କେବେହେଲେ ଜ୍ଞାନର ସ୍ଫୁରଣ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ—କେବଳ ଜ୍ଞାନର ଶକ୍ତିରେ ହିଁ ଜ୍ଞାନର ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ । ଆମ ଭିତରେ ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନ ଅଛି, ତାହାର ଉନ୍ମେଷ ପାଇଁ ଜ୍ଞାନୀ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣଙ୍କ ସାନ୍ନିଧ୍ୟରେ ରହିବା ପ୍ରୟୋଜନ । ସୁତରାଂ ଏହି ଗୁରୁଗଣଙ୍କର ପ୍ରୟୋଜନ ସର୍ବଦା ରହିଛି । ପୃଥିବୀ କେବେହେଲେ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ-ଶୂନ୍ୟ ହୋଇ ଅବସ୍ଥାନ କରି ନାହିଁ । ସେମାନଙ୍କର ସହାୟତା ବ୍ୟତୀତ କୌଣସି ଜ୍ଞାନ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଈଶ୍ୱର ସକଳ ଗୁରୁଙ୍କର ଗୁରୁ । କାରଣ ଏହି ସକଳ ଗୁରୁ ଯେତେ ଉନ୍ନତ ହୁଅନ୍ତୁ ନା କାହିଁକି, ସେମାନେ ଦେବତା ହୁଅନ୍ତୁ, ଅଥବା ଦେବଦୂତ ହୁଅନ୍ତୁ, ସମସ୍ତେ ବଦ୍ଧ ଓ କାଳଦ୍ୱାରା ସୀମାବଦ୍ଧ, କିନ୍ତୁ ଈଶ୍ୱର କାଳଦ୍ୱାରା ବଦ୍ଧ ନୁହନ୍ତି ।

ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ବିଶେଷ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ହେଲା, ଏହି ଦୁଇଟି—ପ୍ରଥମଟି ଏହି ଯେ, ଶାନ୍ତ ବସ୍ତୁର କଥା ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ହେଲେ, ମନ ବାଧ୍ୟ ହୋଇ ଅନନ୍ତର ଚିନ୍ତା କରିବ । ଆଉ ଯଦି ଏହି ମାନସିକ ଅନୁଭୂତିର ଏକ ଅଂଶ ସତ୍ୟ ହୁଏ, ତାହାହେଲେ ତାହାର ଅପର ଅଂଶଟି ମଧ୍ୟ ସତ୍ୟ ହେବ । କାରଣ, ଉଭୟ ହିଁ ଯେତେବେଳେ ଗୋଟିଏ ମନର ଅନୁଭୂତି, ସେତେବେଳେ ଦୁଇଟି ଅନୁଭୂତିର ମୂଳ ସମାନ । ମନୁଷ୍ୟର ଅଳ୍ପ ଜ୍ଞାନ ଅଛି । ଅର୍ଥାତ୍ ମନୁଷ୍ୟ ଅଳ୍ପଜ୍ଞ, ଅତଏବ ଈଶ୍ୱର ଅନନ୍ତ ଜ୍ଞାନବାନ୍ । ଯଦି ଏହି ଦୁଇଟି ଅନୁଭୂତି ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିକୁ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଏ, ତେବେ ଅନ୍ୟଟିକୁ ମଧ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଯୁକ୍ତି କହେ ଉଭୟକୁ ଗ୍ରହଣ କର, ନତୁବା ଉଭୟକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କର । ଯଦି ବିଶ୍ୱାସ କର ଯେ, ମାନବ ଅଳ୍ପଜ୍ଞାନସମ୍ପନ୍ନ, ତେବେ ଅବଶ୍ୟ ସ୍ୱୀକାର କରିବାକୁ ହେବ ଯେ, ତା' ପଶ୍ଚାତରେ ଜଣେ ଅସୀମ ଜ୍ଞାନସମ୍ପନ୍ନ ପୁରୁଷ ଅଛନ୍ତି । ଦ୍ୱିତୀୟ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଏହି ଯେ, ଗୁରୁ ବ୍ୟତୀତ କୌଣସି ଜ୍ଞାନ ସଞ୍ଚାରିତ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଆଧୁନିକ ଯୁଗର ଦାର୍ଶନିକମାନେ ଯେ କହିଥାଆନ୍ତି, ମନୁଷ୍ୟର ଜ୍ଞାନ ତା' ନିଜ ଭିତରୁ ହିଁ ବିକଶିତ ହୁଏ—ଏକଥା ସତ୍ୟ । ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନ ମନୁଷ୍ୟ ଭିତରେ ଅଛି, କିନ୍ତୁ ଏହି ଜ୍ଞାନର ଉନ୍ମେଷ ପାଇଁ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଅନୁକୂଳ ପରିବେଶ ପ୍ରୟୋଜନ । ଗୁରୁ ବ୍ୟତୀତ ଆମେ କୌଣସି ଜ୍ଞାନ-ଲାଭ କରିପାରିବା ନାହିଁ । ବର୍ତ୍ତମାନ କଥା ହେଲା, ଯଦି ମନୁଷ୍ୟ, ଦେବତା ବା ସ୍ୱର୍ଗୀୟ ଦୂତବିଶେଷ ଆମର ଗୁରୁ ହୁଅନ୍ତି, ତା'ହେଲେ ଯେହେତୁ ସେମାନେ ସମସ୍ତେ ସସୀମ, ସେମାନଙ୍କ ପୂର୍ବରୁ କିଏ ଗୁରୁ ଥିଲେ ? ବାଧ୍ୟ ହୋଇ ଆମମାନଙ୍କୁ ଏହି ଚରମ ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଉପନୀତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ ଯେ, ଏପରି ଜଣେ ଗୁରୁ ଅଛନ୍ତି, ଯିଏ କାଳଦ୍ୱାରା ସୀମାବଦ୍ଧ ବା ଅବଚ୍ଛିନ୍ନ ନୁହନ୍ତି । ସେହି ଅନନ୍ତ ଜ୍ଞାନସମ୍ପନ୍ନ ଗୁରୁ, ଯାହାଙ୍କର ଆଦି ନାହିଁ କି ଅନ୍ତ ନାହିଁ, ତାହାଙ୍କୁ ହିଁ 'ଈଶ୍ୱର' କୁହାଯାଏ ।

ତସ୍ୟ ବାଚକଃ ପ୍ରଣବଃ ॥୨୭॥

—ପ୍ରଣବ ଅର୍ଥାତ୍ ଓଁକାର ତାଙ୍କର ପ୍ରକାଶକ ଶବ୍ଦ ।

ତୁମ ମନରେ ଯେ କୌଣସି ଭାବ ଆଉନା କାହିଁକି, ତାହାର ଗୋଟିଏ ପ୍ରତିରୂପ ଶବ୍ଦ ମଧ୍ୟ ଅଛି; ଏହି ଶବ୍ଦ ଓ ଭାବକୁ ପୃଥକ୍ କରାଯାଇପାରେ ନାହିଁ । ଗୋଟିଏ ବସ୍ତୁର ବାହ୍ୟ ଭାଗଟିକୁ 'ଶବ୍ଦ' ଓ ଅନ୍ତର୍ଭାଗଟିକୁ ଚିନ୍ତା ବା 'ଭାବ' ଆଖ୍ୟା ଦିଆଯାଇଥାଏ । ବିଶ୍ଳେଷଣ କରି କେହି ହେଲେ ଚିନ୍ତାକୁ ଶବ୍ଦରୁ ପୃଥକ୍ କରିପାରିବେ ନାହିଁ । କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଲୋକ ଏକତ୍ର ବସି କେଉଁ ଭାବ ପାଇଁ କେଉଁ ଶବ୍ଦ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ହେବ—ଏହିପରି ସ୍ଥିର କରୁ କରୁ ଭାଷାର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଅଛି, ଏପରି ଅନେକଙ୍କର ମତ; କିନ୍ତୁ ଏହା ଭ୍ରମାତ୍ମକ ବୋଲି ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଅଛି । ଯେତେଦିନ ହେଲା ମନୁଷ୍ୟର ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଅଛି, ସେତେଦିନରୁ ଶବ୍ଦ ଓ ଭାଷା ଉଭୟ ରହିଅଛି । ଭାବ ଓ ଶବ୍ଦ ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ବନ୍ଧ କଅଣ ? ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ ଯେ, ଗୋଟିଏ ଭାବ ସହିତ ଗୋଟିଏ ଶବ୍ଦ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ; କିନ୍ତୁ ଗୋଟିଏ ଭାବ ଯେ ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ଶବ୍ଦଦ୍ୱାରା ପ୍ରକାଶିତ ହେବ, ତା ନୁହେଁ । ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଦେଶରେ ଭାବ ଏକ ପ୍ରକାର ହୋଇପାରେ, କିନ୍ତୁ ଭାଷା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପୃଥକ୍ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଭାବ ପ୍ରକାଶ କରିବା ପାଇଁ କୌଣସି ଏକ ଶବ୍ଦର ପ୍ରୟୋଜନ ହେବ; କିନ୍ତୁ ଏକ ଭାବପ୍ରକାଶକ ଶବ୍ଦଗୁଡ଼ିକ ଯେ ଏକଧ୍ୱନିବିଶିଷ୍ଟ ହେବେ, ତାହା ହୋଇ ନ ପାରେ । ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଭାଷାରେ ଧ୍ୱନି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ହେବ । ସେଥିପାଇଁ ଆମର ଟୀକାକାର ମଧ୍ୟ କହିଛନ୍ତି: ଯଦିଓ ଭାବ ଓ ଶବ୍ଦର ପରସ୍ପର ସମ୍ବନ୍ଧ ସ୍ୱାଭାବିକ, କିନ୍ତୁ ଏକ ଶବ୍ଦ ଓ ଏକ ଭାବ ମଧ୍ୟରେ ଯେ ଏକ ଅନତିକ୍ରମଣୀୟ ସମ୍ବନ୍ଧ ରହିବ, ଏହା ତାହାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ନୁହେଁ ।* ଏହି ସମସ୍ତ ଶବ୍ଦ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ହେଲେ ସୁଦ୍ଧା ଶବ୍ଦ ଓ ଭାବର ପରସ୍ପର ସମ୍ବନ୍ଧ ସ୍ୱାଭାବିକ । ଯଦି ବାଚ୍ୟ ଓ ବାଚକ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରକୃତ ସମ୍ବନ୍ଧ ଥାଏ, ତେବେ ଭାବ ଓ ଶବ୍ଦ ମଧ୍ୟରେ ପରସ୍ପର ସମ୍ବନ୍ଧ ଅଛି ବୋଲି କହିବାକୁ ହେବ, ନଚେତ ସେହି ବାଚକ ଶବ୍ଦ କେବେହେଲେ ସାଧାରଣଭାବେ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ । ବାଚକ ବାଚ୍ୟପଦାର୍ଥର ପ୍ରକାଶକ । ଯଦି ସେ ବାଚ୍ୟବସ୍ତୁର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ପୂର୍ବରୁ ଥାଏ, ଆଉ ଆମେ ଯଦି ପୁନଃ ପୁନଃ ପରୀକ୍ଷା କରି ଦେଖିବାକୁ ପାଉ ଯେ, ବାଚକ ଶବ୍ଦଟି ଏହି ବସ୍ତୁକୁ ପୂର୍ବରୁ ଅନେକଥର ବୁଝାଇଛି, ତାହାହେଲେ ଆମେ ବୁଝିବୁ ଯେ, ଏହି ବାଚ୍ୟବାଚକ ମଧ୍ୟରେ ଯଥାର୍ଥ ସମ୍ବନ୍ଧ ଅଛି । ଯଦି ଏହି ପଦାର୍ଥଗୁଡ଼ିକ ଉପସ୍ଥିତ ନ ଥିଲେ ସୁଦ୍ଧା ସହସ୍ର ସହସ୍ର ବ୍ୟକ୍ତି କେବଳ ସେମାନଙ୍କ ବାଚକଦ୍ୱାରା ସେଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଜ୍ଞାନଲାଭ କରିବେ, ତେବେ ବାଚ୍ୟ ଓ ବାଚକ ମଧ୍ୟରେ ସ୍ୱାଭାବିକ ସମ୍ବନ୍ଧ ରହିବା ଅବଶ୍ୟମ୍ଭାବୀ; ଅତଏବ ଯେତେବେଳେ ବାଚକ ଶବ୍ଦଟି ଉଚ୍ଚାରଣ କରାଯିବ, ସେତେବେଳେ ତାହା ବାଚ୍ୟ ପଦାର୍ଥଟିର କଥା ମନରେ ଜାଗ୍ରତ କରିଦେବ । ସୂତ୍ରକାର କହୁଛନ୍ତି, 'ଓଁ କାର ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ବାଚକ' । କାହିଁକି ସେ ଏହି ଶବ୍ଦଟି ଉପରେ ଜୋର୍ ଦେଲେ ? 'ଈଶ୍ୱର'—ଏହି ଭାବଟି ବୁଝାଇବା ପାଇଁ ତ ସହସ୍ର ସହସ୍ର ଶବ୍ଦ ରହିଅଛି । ଗୋଟିଏ ଭାବ ସହିତ ସହସ୍ର ସହସ୍ର ଶବ୍ଦର ସମ୍ବନ୍ଧ ଥାଏ । ଈଶ୍ୱର ଭାବଟିର ଶତଶତ ଶବ୍ଦ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ରହିଛି ଏବଂ ସେଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ହିଁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ

---

* ସର୍ବେ ଏବ ଶବ୍ଦାଃ ସର୍ବାକାରାର୍ଥାଭିଧାନସମର୍ଥା—ଇତି ସ୍ଥିତ ଏବୈଷାଂ ସର୍ବାକାରୈରର୍ଥୈଃ ସ୍ୱାଭାବିକଃ ସମ୍ବନ୍ଧଃ—ବ୍ୟାସଭାଷ୍ୟର ବାଚସ୍ପତି ମିଶ୍ରକୃତ ଟୀକା ।

ବାଚକ । ଭଲ କଥା, କିନ୍ତୁ ଏହି ଶବ୍ଦ ଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରୁ ତା' ହେଲେ ଗୋଟିଏ ସାଧାରଣ ଶବ୍ଦ ବାହାର କରିବା ଦରକାର । ଏହି ବାଚକଗୁଡ଼ିକର ଗୋଟିଏ ସାଧାରଣ ଅଧିଷ୍ଠାନ—ସାଧାରଣ ଶବ୍ଦ ଭୂମି ବାହାର କରିବାକୁ ହେବ, ଆଉ ଯେଉଁ ବାଚକ ଶବ୍ଦଟି ସାଧାରଣ ବାଚକ ହେବ, ସେହି ଶବ୍ଦଟି ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ବୋଲି ପରିଗଣିତ ହେବ, ପୁଣି ତାହା ହିଁ ସବୁଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରତିନିଧି ରୂପେ ଯଥାର୍ଥ ବାଚକ ହେବ । କୌଣସି ଶବ୍ଦ ଉଚ୍ଚାରଣ କରିବାକୁ ହେଲେ ଆମେ କଣ୍ଠନାଳୀ ଓ ତାଳୁକୁ ଶବ୍ଦୋଚ୍ଚାରଣ ଆଧାର ରୂପେ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଉ । ଏପରି କଅଣ କୌଣସି ଶବ୍ଦ ଅଛି, ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ଶବ୍ଦ ଯାହାର ପ୍ରକାଶ—ଯାହା ସର୍ବାପେକ୍ଷା ସ୍ୱାଭାବିକ ଶବ୍ଦ ?—ଓଁ (ଅଉମ୍) ଏହି ପ୍ରକାର ଶବ୍ଦ; ଏହା ସମସ୍ତ ଶବ୍ଦର ଭିତ୍ତିସ୍ୱରୂପ । ତାହାର ପ୍ରଥମ ଅକ୍ଷର 'ଅ' ସମଗ୍ର ଶବ୍ଦର ମୂଳ—ତାହା ସମୁଦାୟ ଶବ୍ଦର କୁଞ୍ଚିକାସ୍ୱରୂପ, ତାହା ଜିହ୍ୱା ଅଥବା ତାଳୁର କୌଣସି ଅଂଶ ସ୍ପର୍ଶ ନ କରି ଉଚ୍ଚାରିତ ହୁଏ । 'ମ'-ବର୍ଗୀୟ ଶବ୍ଦର ଶେଷ ଶବ୍ଦ, ତାହାକୁ ଉଚ୍ଚାରଣ କରିବାକୁ ହେଲେ ଓଷ୍ଠଦ୍ୱୟ ବନ୍ଦ କରିବାକୁ ପଡ଼େ । ପୁଣି 'ଉ' ଏହି ଶବ୍ଦ ଜିହ୍ୱାମୂଳରୁ ମୁଖ ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତୀ ଶବ୍ଦାଧାରର ଶେଷ ସୀମା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯେପରି ଗଡ଼ିଆସୁଛି । ଏହି ଭାବରେ 'ଓଁ' ଶବ୍ଦଟିଦ୍ୱାରା ସମଗ୍ର ଶବ୍ଦୋଚ୍ଚାରଣ ବ୍ୟାପାରଟି ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଅଛି ଏବଂ ଏହି କାରଣ ହେତୁ ଏହା ସ୍ୱାଭାବିକ ବାଚକ ଶବ୍ଦ—ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଶବ୍ଦର ଜନନୀସ୍ୱରୂପ । ଯେତେ ପ୍ରକାର ଶବ୍ଦ ଉଚ୍ଚାରିତ ହୋଇପାରେ-ଆମମାନଙ୍କ କ୍ଷମତା ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ଯେତେ ପ୍ରକାର ଶବ୍ଦ ଉଚ୍ଚାରଣର ସମ୍ଭାବନା ଅଛି, ଓଁ କାର ସେହି ସମୁଦାୟର ସୂଚକ ।

ଏହି ସକଳ ଆନୁମାନିକ ଗବେଷଣା ଛାଡ଼ିଦେଲେ ମଧ୍ୟ ଦେଖାଯାଏ, ଭାରତବର୍ଷରେ ଯେତେ ପ୍ରକାର ବିଭିନ୍ନ ଧର୍ମଭାବ ଅଛି, ସବୁ ଏହି ଓଁ କାରକୁ କେନ୍ଦ୍ର କରି ରହିଅଛି । ବେଦର ବିଭିନ୍ନ ଧର୍ମଭାବସମୂହ ମଧ୍ୟ ଏହି ଓଁ କାରକୁ ହିଁ ଆଶ୍ରୟ କରି ରହିଅଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ କଥା ହେଲା, ଏହା ସହିତ ଆମେରିକା, ଇଂଲଣ୍ଡ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଦେଶର କଅଣ ସମ୍ବନ୍ଧ ? ଏହାର ସହଜ ଉତ୍ତର ହେଉଛି, ସବୁ ଦେଶରେ ଏହି ଓଁକାରର ବ୍ୟବହାର ଚଳିପାରେ; ତାହାର କାରଣ ଏହି ଯେ ଭାରତବର୍ଷରେ ଯେତେ ବିଭିନ୍ନ ଧର୍ମଭାବର ବିକାଶ ହୋଇଅଛି, 'ଓଁକାର' ତାହାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ସୋପାନରେ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଅଛି ଓ ତାହା ଈଶ୍ୱରସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଭାବ ବୁଝାଇବା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଅଛି । ଅଦ୍ୱୈତବାଦୀ, ଦ୍ୱୈତବାଦୀ, ଦ୍ୱୈତାଦ୍ୱୈତବାଦୀ, ଭେଦାଭେଦବାଦୀ, ଏପରି କି ନାସ୍ତିକଗଣ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେମାନଙ୍କର ଉଚ୍ଚତମ ଆଦର୍ଶର ପ୍ରକାଶ ପାଇଁ ଏହି 'ଓଁକାର' ଶବ୍ଦକୁ ଅବଲମ୍ବନ କରିଥିଲେ । ଯେତେବେଳେ ଏହି 'ଓଁକାର' ମାନବଜାତିର ଅଧିକାଂଶଙ୍କର ଧର୍ମଭାବ ପ୍ରକାଶ ପାଇଁ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଅଛି, ସେତେବେଳେ ସକଳ ଦେଶର ଲୋକେ ତାହା ଅବଲମ୍ବନ କରିପାରନ୍ତି । ମନେକର, ଇଂରାଜୀ 'ଗଡ୍ (God) ଶବ୍ଦ , ତାହାଦ୍ୱାରା ଯେଉଁ ଭାବ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ, ତାହା ନିତାନ୍ତ ସୀମାବଦ୍ଧ । ଯଦି ଏହାର ଅତିରିକ୍ତ କୌଣସି ଭାବ ଏହି ଶବ୍ଦଦ୍ୱାରା ବୁଝାଇବାକୁ ଇଚ୍ଛା କର, ତେବେ ତୁମକୁ ଏଥିରେ ବିଶେଷଣ ଯୋଗ କରିବାକୁ ହେବ—ଯେପରି ସଗୁଣ (Personal), ନିର୍ଗୁଣ (Impersonal), ପୂର୍ଣ୍ଣ ବା ପରମ (Absolute) ଇତ୍ୟାଦି । ଅନ୍ୟସବୁ ଭାଷାରେ ଈଶ୍ୱରବାଚକ ଯେଉଁ ସକଳ ଶବ୍ଦ ଅଛି, ସେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ଯୁକ୍ତି ପ୍ରଯୋଜ୍ୟ । ଏହି ଶବ୍ଦ ଗୁଡ଼ିକର ଭାବ ପ୍ରକାଶ କରିବାର ଶକ୍ତି ଅତି ସାମାନ୍ୟ । କିନ୍ତୁ ଓଁ ଶବ୍ଦରେ ଉକ୍ତ ସର୍ବପ୍ରକାର ଭାବ ରହିଅଛି । ଅତଏବ ତାହା ସମସ୍ତଙ୍କର ଗ୍ରହଣଯୋଗ୍ୟ ।

ତଜ୍ଜପସ୍ତଦର୍ଥଭାବନମ୍ ॥୨୮॥

—ଏହି ଓଁ କାରର ପୁନଃ ପୁନଃ ଉଚ୍ଚାରଣ ଓ ତାହାର ଅର୍ଥ ଧ୍ୟାନ (ସମାଧିଲାଭର ଉପାୟ) ।

ପୁନଃ ପୁନଃ ଉଚ୍ଚାରଣର ଆବଶ୍ୟକତା କଅଣ? ଆମମାନଙ୍କର ସଂସ୍କାର-ବିଷୟକ ମତବାଦ କଥା ସ୍ମରଣ ଅଛି; ସଂସ୍କାରସମଷ୍ଟି ଆମ ସ୍ମୃତିରେ ରହିଯାଏ । କ୍ରମଶଃ ସୂକ୍ଷ୍ମାନୁସୂକ୍ଷ୍ମ ହୋଇ ସେମାନେ ଅବ୍ୟକ୍ତଭାବ ଧାରଣ କରନ୍ତି ସତ; କିନ୍ତୁ ଏକାବେଳକେ ଲୁପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ, ସ୍ମୃତି-ଆଳାରରେ ଥାଆନ୍ତି, ଉଦ୍ଦୀପକ କାରଣ ଉପସ୍ଥିତ ହେଲା ମାତ୍ରେ ବ୍ୟକ୍ତଭାବ ଧାରଣ କରନ୍ତି । ଆଣବିକ ସ୍ପନ୍ଦନ କେବେହେଲେ ବନ୍ଦ ହେବ ନାହିଁ । ଯେତେବେଳେ ଏହି ବିଶ୍ୱଜଗତ ଲୟ ହେବ, ସେତେବେଳେ ବୃହତ୍ ସ୍ପନ୍ଦନ ସବୁ ଅନ୍ତର୍ହିତ ହେବ । ସୂର୍ଯ୍ୟ, ଚନ୍ଦ୍ର, ତାରା, ପୃଥିବୀ-ସବୁ ଲୟ ହୋଇଯିବ; କିନ୍ତୁ ସ୍ପନ୍ଦନ ପରମାଣୁଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ରହିବ । ଏହି ବୃହତ୍ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡରେ ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି, ପ୍ରତ୍ୟେକ ପରମାଣୁରେ ମଧ୍ୟ ସେହି କାର୍ଯ୍ୟ ସାଧିତ ହେଉଅଛି । ବାହ୍ୟ ବସ୍ତୁ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଯେପରି କଥିତ ହେଲା, ଚିତ୍ତ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ତାହା । ଚିତ୍ତର ସ୍ପନ୍ଦନ ଯେତେବେଳେ ବନ୍ଦ ହେବ, ସେତେବେଳେ ମଧ୍ୟ ପରମାଣୁ-ସ୍ପନ୍ଦନ ଚାଲୁ ରହିବ, ଉତ୍ତେଜକ କାରଣ ପାଇଲା ମାତ୍ରେ ଏଗୁଡ଼ିକ ପୁନଃ ପ୍ରକାଶିତ ହେବ । ଜପ ବା ପୁନଃ ପୁନଃ ଉଚ୍ଚାରଣର ଅର୍ଥ ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମେ ବୁଝିପାରିବୁ । ଆମମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଯେଉଁ ସକଳ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସଂସ୍କାର ଅଛି, ଜପ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଉଦ୍ଦୀପିତ କରିବାର ପ୍ରଧାନ ସହାୟ । କ୍ଷଣମାତ୍ର ସାଧୁସଙ୍ଗ ଭବସମୁଦ୍ର ପାରିହେବାର ଏକମାତ୍ର ନୌକାସ୍ୱରୂପ ହୁଏ ।* ସଙ୍ଗର ଏତେଦୂର ଶକ୍ତି! ବାହ୍ୟ ସତ୍‌ସଙ୍ଗର ଯେପରି ଶକ୍ତି, ଅନ୍ତର ସତ୍‌ସଙ୍ଗର ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ଶକ୍ତି । ଏହି ଓଁ କାରର ପୁନଃ ପୁନଃ ଉଚ୍ଚାରଣ ଓ ଅର୍ଥ ସ୍ମରଣ କରିବା ନିଜ ଅନ୍ତରରେ ସାଧୁସଙ୍ଗ କରିବା ଭଳି । ପୁନଃ ପୁନଃ ଉଚ୍ଚାରଣ କର ଏବଂ ସେଥିସଙ୍ଗେ ଉଚ୍ଚାରିତ ଶବ୍ଦର ଅର୍ଥ ଧ୍ୟାନ କର, ତା' ହେଲେ ହୃଦୟରେ ଜ୍ଞାନାଲୋକ ଆସିବ ଏବଂ ଆତ୍ମା ପ୍ରକାଶିତ ହେବେ ।

'ଓଁ' ଶବ୍ଦର ଚିନ୍ତା କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଏହାର ଅର୍ଥ ମଧ୍ୟ ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ହେବ । ଅସତ୍ ସଙ୍ଗ ତ୍ୟାଗ କର, କାରଣ ପୁରାତନ କ୍ଷତର ଚିହ୍ନ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମ ଅଙ୍ଗରେ ରହିଅଛି । ଅସତ୍ ସଙ୍ଗର ପ୍ରଭାବରେ ପୁନଶ୍ଚ ସେହି କ୍ଷତ ପୂର୍ବପରି ଦେଖାଦେବ । ଆମ ଭିତରେ ଯେଉଁସବୁ ଶୁଭ ସଂସ୍କାର ଅଛି, ସେଗୁଡ଼ିକ ବର୍ତ୍ତମାନ ଅବ୍ୟକ୍ତ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସତ୍‌ସଙ୍ଗଦ୍ୱାରା ଜାଗ୍ରତ ହେବ—ବ୍ୟକ୍ତଭାବ ଧାରଣ କରିବ । ସତ୍‌ସଙ୍ଗ ଅପେକ୍ଷା ଜଗତରେ ପବିତ୍ରତର କିଛି ନାହିଁ, କାରଣ ସତ୍‌ସଙ୍ଗରୁ ହିଁ ଶୁଭ ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକ ବ୍ୟକ୍ତ ହେବାର ସୁଯୋଗ ପାଆନ୍ତି—ଚିତ୍ତହ୍ରଦର ତଳଦେଶରୁ ଉପରିଭାଗକୁ ଆସିବାର ଉପକ୍ରମ କରନ୍ତି ।

ତତଃ ପ୍ରତ୍ୟକ୍‌ଚେତନାଧିଗମୋଽପ୍ୟନ୍ତରାୟାଭାବଶ୍ଚ ॥୨୯॥

—ଏଥିରୁ ଅନ୍ତର୍ଦୃଷ୍ଟିଲାଭ ହୁଏ ଓ ଯୋଗବିଘ୍ନସମୂହ ନାଶ ହୁଏ ।

ଓଁକାର ଜପ ଓ ଚିନ୍ତାର ପ୍ରଥମ ଫଳ ଅନୁଭବ କରିବ, ତୁମର ଅନ୍ତର୍ଦୃଷ୍ଟି କ୍ରମଶଃ ବିକଶିତ ହେଉଅଛି ଏବଂ ମାନସିକ ଓ ଶାରୀରିକ ଯୋଗବିଘ୍ନସମୂହ ଦୂରୀଭୂତ ହେଉଅଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିପାରେ ଏହି ଯୋଗବିଘ୍ନଗୁଡ଼ିକ କଅଣ?

---

* କ୍ଷଣମିହ ସଜ୍ଜନସଙ୍ଗତିରେକା । ଭବତି ଭବାର୍ଣ୍ଣବତରଣେ ନୌକା ॥

—ମୋହମୁଦ୍‌ଗର, ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟ ।

ବ୍ୟାଧିସ୍ତ୍ୟାନସଂଶୟପ୍ରମାଦାଳସ୍ୟାବିରତି-ଭ୍ରାନ୍ତିଦର୍ଶନାଲବ୍ଧଭୂମି-କତ୍ୱାନବସ୍ଥିତତ୍ୱାନି ଚିତ୍ତବିକ୍ଷେପାସ୍ତେଽନ୍ତରାୟାଃ ॥୩୦॥

—ରୋଗ, ମାନସିକ ଜଡ଼ତା, ସନ୍ଦେହ, ଉଦ୍ୟମହୀନତା, ଆଳସ୍ୟ, ବିଷୟତୃଷ୍ଣା, ମିଥ୍ୟା ଅନୁଭବ, ଏକାଗ୍ରତା ଲାଭ ନ କରିବା, (ଉପଯୁକ୍ତ) ଅବସ୍ଥା ଲାଭ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ସେଥିରୁ ପୁନଶ୍ଚ ପତିତ ହେବା—ଏଗୁଡ଼ିକ ଚିତ୍ତବିକ୍ଷେପକର ଅନ୍ତରାୟ ।

ବ୍ୟାଧି : ଜୀବନ-ସମୁଦ୍ରର ଆର ପାରିକୁ ନେଇଯିବା ପାଇଁ ଏହି ଶରୀର ଆମମାନଙ୍କର ଏକମାତ୍ର ନୌକା । ବିଶେଷ ଭାବରେ ଏହାର ଯତ୍ନ ନେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଅସୁସ୍ଥ ବ୍ୟକ୍ତି ଯୋଗୀ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ । ସ୍ତ୍ୟାନ : ମାନସିକ ଜଡ଼ତା ଆସିଲେ ଆମମାନଙ୍କର ଯୋଗବିଷୟକ ପ୍ରବଳ ଅନୁରାଗ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ; ଏହାର ଅଭାବ ହେତୁ ସାଧନ କରିବା ପାଇଁ ଯେଉଁ ଦୃଢ଼ ସଂକଳ୍ପ ଓ ଶକ୍ତି ପ୍ରୟୋଜନ, ତାହା ରହେ ନାହିଁ । ସଂଶୟ : ଆମର ଯୋଗବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟରେ ବିଚାରଜନିତ ବିଶ୍ୱାସ ଯେତେ ଥାଉନା କାହିଁକି, ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦୂରଦର୍ଶନ, ଦୂରଶ୍ରବଣାଦି ଅଲୌକିକ ଅନୁଭୂତି ନ ହୋଇଛି, ସେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏ ବିଦ୍ୟାର ସତ୍ୟତା ବିଷୟରେ ଅନେକ ସନ୍ଦେହ ଆସିବ । ଏଗୁଡ଼ିକର ଟିକିଏ ଟିକିଏ ଆଭାସ ପାଇଲେ ମନ ଦୃଢ଼ ହୋଇଥାଏ, ଫଳରେ ସାଧକ ଯୋଗସାଧନରେ ଆହୁରି ଅଧ୍ୟବସାୟଶୀଳ ହୁଅନ୍ତି । ଅନବସ୍ଥିତତ୍ୱ : କିଛି ଦିନ ବା କେତେ ସପ୍ତାହ ଧରି ସାଧନ କଲେ ଦେଖିବ ମନ ସହଜରେ ଏକାଗ୍ର ଓ ସ୍ଥିର ହେଉଅଛି, ବୋଧ ହେଉଛି ତୁମେ ସାଧନପଥରେ ଦ୍ରୁତ ଅଗ୍ରଗତି କରୁଅଛ । କିନ୍ତୁ ଦିନେ ଦେଖିବ, ହଠାତ୍ ତୁମର ଏହି ଅଗ୍ରଗତି ବାଧିତ ହେଉଛି । ଜାହାଜ ଚଡ଼ାରେ ଲାଗିଲେ ଯେପରି ଅସହାୟ ହୋଇଯାଏ, ତୁମର ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ଅବସ୍ଥା ହୋଇଅଛି । କିନ୍ତୁ ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ସୁଦ୍ଧା ଅଧ୍ୟବସାୟଶୂନ୍ୟ ହୁଅ ନାହିଁ । ବାରମ୍ବାର ଉତ୍‌ଥାନ-ପତନ ଭିତରେ ଦେଇ ଅଗ୍ରଗତି ହୋଇଥାଏ ।*

ଦୁଃଖଦୌର୍ମନସ୍ୟାଙ୍ଗମେଜୟତ୍ୱଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସା ବିକ୍ଷେପ ସହଭୁବଃ ॥୩୧॥

—ଦୁଃଖ, ମନ ଖରାପ ହେବା, ଶରୀରର ଅସ୍ଥିରତା, ଅନିୟମିତ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ, ଏଗୁଡ଼ିକ ଏକାଗ୍ରତାର ଅଭାବ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ।

ଯେତେବେଳେ ଏକାଗ୍ରତାର ଅଭ୍ୟାସ କରାଯାଏ, ସେତେବେଳେ ମନ ଓ ଶରୀର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ଥିରଭାବ ଧାରଣ କରିବ । ସାଧନ ଯେତେବେଳେ ଠିକ୍ ପଥରେ ଚାଳିତ ନ ହୁଏ, ଅଥବା ଚିତ୍ତ ଯେଉଁ ସମୟରେ ଯଥେଷ୍ଟ ସଂଯତ ନ ଥାଏ, ସେତିକିବେଳେ ହିଁ ଏହି ବିଘ୍ନଗୁଡ଼ିକ ଆସି ଉପସ୍ଥିତ ହୁଅନ୍ତି । ଓଁକାର ଜପ ଓ ଈଶ୍ୱରଙ୍କଠାରେ ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କଲେ ମନ ଦୃଢ଼ ହୁଏ ଏବଂ ଦେହ ଓ ମନରେ ନୂତନ ଶକ୍ତି ସଞ୍ଚାରିତ ହୁଏ । ସାଧନ-ପଥରେ ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତଙ୍କର ଏହିପରି ସ୍ନାୟବୀୟ ଚାଞ୍ଚଲ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ । ସେଥିପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ନ ଦେଇ ସାଧନ କରିଯାଅ । ସାଧନଦ୍ୱାରା ସେଗୁଡ଼ିକ ଚାଲିଯିବ ।

---

* ଏହି ସୂତ୍ରର ବ୍ୟାଖ୍ୟାରେ 'ପ୍ରମାଦ,' 'ଆଳସ୍ୟ,' 'ଅବିରତି,' 'ଭ୍ରାନ୍ତିଦର୍ଶନ,' 'ଅଲବ୍ଧଭୂମିକତ୍ୱ' ବିଷୟରେ କିଛି କୁହାଯାଇ ନାହିଁ । ସୂତ୍ରାର୍ଥେ ଯାହା କୁହାଯାଇଅଛି, ତଦନୁଯାୟୀ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ।

ତଦ୍‌ପ୍ରତିଷେଧାର୍ଥମେକତତ୍ତ୍ୱାଭ୍ୟାସଃ ।।୩୨।।

—ଏହା ନିବାରଣ ପାଇଁ 'ଏକତତ୍ତ୍ୱ' ଅଭ୍ୟାସ ଆବଶ୍ୟକ ।

କିଛିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ମନକୁ କୌଣସି ଗୋଟିଏ ବିଷୟର ଆକାରରେ ପକାଇବାର ଚେଷ୍ଟା କଲେ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ବିଘ୍ନଗୁଡ଼ିକ ଚାଲିଯାଏ । ଏହି ଉପଦେଶଟି ଏଠାରେ ଖୁବ୍ ସାଧାରଣଭାବେ ଦିଆଯାଇଛି । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସୂତ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ଏହି ଉପଦେଶଟିର ବିସ୍ତାରିତ ବିବୃତି ହେବ ଏବଂ ବିଶେଷ ଧ୍ୟେୟ ବିଷୟରେ ଏହି ସାଧାରଣ ଉପଦେଶର ପ୍ରୟୋଗ ଉପଦିଷ୍ଟ ହେବ । ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ଅଭ୍ୟାସ ସମସ୍ତଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ପ୍ରଯୋଜ୍ୟ ହୋଇ ନ ପାରେ, ତେଣୁ ନାନା ପ୍ରକାର ଉପାୟର କଥା କୁହାଯାଇଅଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକେ ନିଜେ ପରୀକ୍ଷା କରି ଦେଖି ନେଇପାରନ୍ତି, କେଉଁଟି ତାଙ୍କ ଉପଯୁକ୍ତ ।

ମୈତ୍ରୀ-କରୁଣା-ମୁଦିତୋପେକ୍ଷାଣାଂ ସୁଖଦୁଃଖପୁଣ୍ୟାପୁଣ୍ୟ-ବିଷୟାଣାଂ ଭାବନାତଶ୍ଚିତ୍ତପ୍ରସାଦନମ୍ ।।୩୩।।

—ସୁଖୀ, ଦୁଃଖୀ, ପୁଣ୍ୟବାନ୍ ଓ ପାପୀ ପ୍ରତି ଯଥାକ୍ରମେ ବନ୍ଧୁତା, ଦୟା, ଆନନ୍ଦ ଓ ଉପେକ୍ଷା ଭାବ ଧାରଣ କରିପାରିଲେ ଚିତ୍ତ ପ୍ରସନ୍ନ ହୁଏ ।

ଆମମାନଙ୍କର ଏହି ଚାରିପ୍ରକାର ଭାବ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଆମମାନଙ୍କର ସଜ୍ଜନଙ୍କ ସହ ବନ୍ଧୁତା ରଖିବା, ଦୀନଜନ ପ୍ରତି ଦୟାବାନ୍ ହେବା, ଲୋକଙ୍କୁ ସତ୍‌କର୍ମରତ ଦେଖିଲେ ସୁଖୀ ହେବା ଏବଂ ଅସତ୍ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରତି ଉପେକ୍ଷା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏହି ବିଷୟଗୁଡ଼ିକ ଯେତେବେଳେ ଆମ ସମ୍ମୁଖକୁ ଆସେ, ସେତେବେଳେ ସେଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରତି ଆମମାନଙ୍କର ଏହିପରି ଭାବ ଧାରଣ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଯଦି ବିଷୟଟି ସୁଖକର ହୁଏ, ତେବେ ତାହା ପ୍ରତି 'ମୈତ୍ରୀ' ଅର୍ଥାତ୍ ଅନୁକୂଳ ଭାବ ଧାରଣ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ପୁଣି ଯଦି କୌଣସି ଦୁଃଖକର ଘଟଣା ଆମମାନଙ୍କର ଚିନ୍ତାର ବିଷୟ ହୁଏ, ତେବେ ଯେପରି ଆମମାନଙ୍କ ଅନ୍ତଃକରଣ ତାହା ପ୍ରତି 'କରୁଣା'—ଭାବାପନ୍ନ ହୁଏ । ଯଦି ଏହା କୌଣସି ଶୁଭ ବିଷୟ ହୁଏ, ତେବେ ଆମେ ଆନନ୍ଦିତ ହେବା ଉଚିତ । ପୁଣି ଅସତ୍ ବିଷୟ ହେଲେ ସେ ବିଷୟରେ ଉଦାସୀନ ରହିବା ହିଁ ଶ୍ରେୟ । ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ବିଷୟ ପ୍ରତି ମନର ଏହି ସକଳଭାବ ଆସିଲେ ମନ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯିବ । ଆମମାନଙ୍କର ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଅଧିକାଂଶ ଗୋଳମାଳ ଓ ଅଶାନ୍ତିର କାରଣ ହେଉଛି ମନର ଏହି ସକଳଭାବ ଧାରଣ କରିବାର ଅକ୍ଷମତା । ମନେକର, ଜଣେ ମୋ ପ୍ରତି କୌଣସି ଅନ୍ୟାୟ ବ୍ୟବହାର କଲା । ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ମୁଁ ତାର ପ୍ରତିକାର କରିବାକୁ ଉଦ୍ୟତ ହେଲି । ପୁନଶ୍ଚ ଆମେ ଯେ କୌଣସି ଅନ୍ୟାୟ ବ୍ୟବହାରର ପ୍ରତିଶୋଧ ନ ନେଇ ରହିପାରୁ ନାହୁଁ, ତା'ର କାରଣ ଚିତ୍ତର ଅସଂଯତ ଅବସ୍ଥା । ଚିତ୍ତ ତାହା ପ୍ରତି ତରଙ୍ଗାକାରରେ ଧାବମାନ ହୁଏ ଓ ଆମେ ମନର ଶକ୍ତି ହରାଇବସୁ । ଆମ ମନରେ ଘୃଣା ଅଥବା ଅନ୍ୟ ପ୍ରତି ଅନିଷ୍ଟଭାବ ପୋଷଣରୂପକ ଯେଉଁ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦେଖା ଦିଏ, ତାହା ଶକ୍ତିର ଅପଚୟମାତ୍ର । ଯଦି କୌଣସି ଅଶୁଭ ଚିନ୍ତା ବା ଘୃଣାପ୍ରସୂତ କାର୍ଯ୍ୟ ଅଥବା କୌଣସି ପ୍ରକାର ପ୍ରତିକ୍ରିୟାର ଚିନ୍ତା ଦମନ କରାଯାଏ, ତେବେ ସେଥିରୁ ଶୁଭ ଶକ୍ତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇ ଆମମାନଙ୍କର ଉପକାରାର୍ଥେ ସଞ୍ଚିତ ରହିବ । ସଂଯମଦ୍ୱାରା ଆମର ଯେ, କୌଣସି କ୍ଷତି ହୁଏ, ତାହା ନୁହେଁ, ବରଂ ସେଥିରୁ ଆଶାତୀତ ଉପକାର ମିଳିଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଘୃଣା ଅଥବା କ୍ରୋଧବୃତ୍ତିକୁ ସଂଯତ

କରୁ, ସେତେବେଳେ ତାହା ଆମର ଅନୁକୂଳରେ ଶୁଭ ଶକ୍ତି ରୂପେ ସଞ୍ଚିତ ହୋଇ ରହେ ଏବଂ ଉଚ୍ଚତର ଶକ୍ତିରେ ପରିଣତ ହୁଏ ।

ପ୍ରଚ୍ଛର୍ଦନ-ବିଧାରଣାଭ୍ୟାଂ ବା ପ୍ରାଣସ୍ୟ ।।୩୪।।

—ଯଥାଯଥ ରେଚକ ଓ କୁମ୍ଭକଦ୍ୱାରା (ଚିତ୍ତ ସ୍ଥିର ହୁଏ) ।

ଏଠାରେ 'ପ୍ରାଣ' ଶବ୍ଦ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଅଛି । ପ୍ରାଣର ଅର୍ଥ ଶ୍ୱାସ ନୁହେଁ । ସମଗ୍ର ଜଗତରେ ଯେଉଁ ଶକ୍ତି ବ୍ୟାପ୍ତ ହୋଇ ରହିଛି, ତାହାର ନାମ 'ପ୍ରାଣ' । ଜଗତରେ ଯାହା ସବୁ ଦେଖୁଅଛ, ଯାହା ଏକ ସ୍ଥାନରୁ ଅନ୍ୟ ସ୍ଥାନକୁ ଗମନାଗମନ କରେ, ଯାହା କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରେ, ଅଥବା ଯାହାର ଜୀବନ ଅଛି, ତାହା ହିଁ ଏହି ପ୍ରାଣର ବିକାଶ । ସମୁଦାୟ ଜଗତରେ ଯେତେ ଶକ୍ତି ପ୍ରକାଶିତ ରହିଅଛି, ତାହାର ସମଷ୍ଟିକୁ 'ପ୍ରାଣ' କହନ୍ତି । କଳ୍ପାରମ୍ଭର ପ୍ରାକ୍‌କାଳରେ ଏହି ପ୍ରାଣ ପ୍ରାୟ ଏକପ୍ରକାର ଗତିହୀନ ଅବସ୍ଥାରେ (ଅବ୍ୟକ୍ତ) ଥାଏ, ପୁନଶ୍ଚ କଳ୍ପାରମ୍ଭ ହେଲେ ପ୍ରାଣ ବ୍ୟକ୍ତ ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ । ଏହି ପ୍ରାଣ ଗତିରୂପେ ପ୍ରକାଶିତ ହେଉଅଛି, ଏହା ହିଁ ମନୁଷ୍ୟଜାତି ଅଥବା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପ୍ରାଣୀଠାରେ ସ୍ନାୟବୀୟ ଗତିରୂପରେ ପ୍ରକାଶିତ । ଏହି ପ୍ରାଣ ହିଁ ପୁନଶ୍ଚ ଚିନ୍ତା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଶକ୍ତିରୂପେ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ । ସମଗ୍ର ଜଗତ ଏହି ପ୍ରାଣ ଓ ଆକାଶର ସମଷ୍ଟି । ମନୁଷ୍ୟ ଦେହରେ ମଧ୍ୟ ଏହିରୂପ; ଯାହା କିଛି ଦେଖୁଛ ବା ଅନୁଭବ କରୁଛ, ସକଳ ପଦାର୍ଥ ଆକାଶରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ, ଆଉ ବିଭିନ୍ନ ଶକ୍ତି ପ୍ରାଣରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଅଛି । ଏହି ପ୍ରାଣ ବାହାରକୁ ତ୍ୟାଗ କରିବା ଓ ଧାରଣ କରିବାର ନାମ 'ପ୍ରାଣାୟାମ' । ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ରର ଆଦିପ୍ରଣେତା ପତଞ୍ଜଳି ଏହି ପ୍ରାଣାୟାମ ସମ୍ବନ୍ଧରେ କୌଣସି ବିଶେଷ ବିଧାନ ଦେଇ ନାହାନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଯୋଗୀମାନେ ପ୍ରାଣାୟମ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଅନେକ ତତ୍ତ୍ୱ ଆବିଷ୍କାର କରି ଏହାକୁ ଗୋଟିଏ ମହତୀ ବିଦ୍ୟାରେ ପରିଣତ କରିଛନ୍ତି । ପତଞ୍ଜଳିଙ୍କ ମତରେ ଏହା ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିନିରୋଧର ଅନେକ ଉପାୟ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ଉପାୟ ମାତ୍ର; ସେ ଏହା ଉପରେ ବିଶେଷ ଜୋର୍ ଦେଇ ନାହାନ୍ତି । ତାଙ୍କର ବକ୍ତବ୍ୟ ହେଉଛି, ଶ୍ୱାସ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ଛାଡ଼ିଦେଇ ପୁନଶ୍ଚ ଭିତରକୁ ଟାଣିନେବ ଏବଂ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ଏହାକୁ ଧାରଣ କରି ରଖିବ; ସେଥିରେ ମନ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ସ୍ଥିର ହେବ । ପରବର୍ତ୍ତୀ କାଳରେ ଏଥିରୁ 'ପ୍ରାଣାୟାମ' ନାମକ ବିଶେଷ ବିଦ୍ୟାର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଅଛି । ପରବର୍ତ୍ତୀ ଯୋଗୀଗଣ ଏ ବିଷୟରେ କଅଣ କହନ୍ତି, ତାହା ଆମମାନଙ୍କର ଜାଣିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ଏ ବିଷୟରେ ପୂର୍ବରୁ କିଛି କୁହାଯାଇଅଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ ଅଧିକ କିଛି କହିଲେ, ତୁମ ପକ୍ଷରେ ବୁଝିବାକୁ ସୁବିଧା ହେବ । ପ୍ରଥମତଃ ମନେ ରଖିବାକୁ ହେବ, 'ପ୍ରାଣ' କହିଲେ ଠିକ୍ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସକୁ ବୁଝାଏ ନାହିଁ; ବରଂ ଯେଉଁ ଶକ୍ତିବଳରେ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସର ଗତି ହୁଏ, ଯେଉଁ ଶକ୍ତିଟି ବାସ୍ତବିକ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସର ମଧ୍ୟ ପ୍ରାଣସ୍ୱରୂପ, ତାହାକୁ ହିଁ 'ପ୍ରାଣ' କହନ୍ତି । ପୁଣି ଇନ୍ଦ୍ରିୟସମୂହକୁ ବୁଝାଇବା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଏହି 'ପ୍ରାଣ' ଶବ୍ଦ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ସମୁଦାୟ ହିଁ 'ପ୍ରାଣ' । ମନକୁ ମଧ୍ୟ 'ପ୍ରାଣ' କହନ୍ତି । ଅର୍ଥାତ୍ 'ପ୍ରାଣ' ହିଁ ଶକ୍ତି । ତଥାପି ଆମେ ଏହାକୁ ଶକ୍ତି ନାମରେ ଅଭିହିତ କରିପାରୁ ନାହୁଁ; କାରଣ ଶକ୍ତି ଏହି ପ୍ରାଣର ବିକାଶ ମାତ୍ର । ଶକ୍ତି ଓ ନାନାବିଧ ଗତିରୂପେ ଏହା ପ୍ରକାଶିତ ହେଉଅଛି । ମନର ଉପାଦାନ ଚିତ୍ତ ଯନ୍ତ୍ରବତ୍ ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରୁ ପ୍ରାଣରୁ ଆକର୍ଷଣ କରେ ଏବଂ ଏହି ପ୍ରାଣରୁ ହିଁ ଶରୀରରକ୍ଷାର ଉପାଦାନସ୍ୱରୂପ

ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଜୀବନୀଶକ୍ତି ଏବଂ ଚିନ୍ତା, ଇଚ୍ଛା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଶକ୍ତିସମୂହ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଉଅଛି । ଏହି ପ୍ରାଣାୟାମ କ୍ରିୟାଦ୍ୱାରା ଆମେ ଶରୀରର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଗତି ଓ ଶରୀର ଅନ୍ତର୍ଗତ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ସ୍ନାୟବୀୟ ଶକ୍ତିପ୍ରବାହଗୁଡ଼ିକୁ ସଂଯତ କରିପାରିବା । ଆମେ ପ୍ରଥମେ ଏଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ପରିଚିତ ହେଉ ଏବଂ କ୍ରମଶଃ ସେଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ କ୍ଷମତା ଲାଭ କରୁ ଏବଂ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ବଶୀଭୂତ କରିବା ପାଇଁ ସମର୍ଥ ହେଉ ।

ପତଞ୍ଜଳିଙ୍କ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଯୋଗୀମାନଙ୍କ ମତରେ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ତିନୋଟି ପ୍ରଧାନ ପ୍ରାଣପ୍ରବାହ ରହିଅଛି । ଗୋଟିକୁ ସେମାନେ 'ଇଡ଼ା', ଅପରଟିକୁ 'ପିଙ୍ଗଳା' ଓ ତୃତୀୟଟିକୁ 'ସୁଷୁମ୍ନା' କହନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ପିଙ୍ଗଳା ମେରୁଦଣ୍ଡର ଦକ୍ଷିଣ ପଟରେ, ଇଡ଼ା ବାମ ପଟରେ ଏବଂ ମେରୁଦଣ୍ଡର ମଧ୍ୟଦେଶରେ ଶୂନ୍ୟନାଳୀ ସୁଷୁମ୍ନା ଅଛି । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ଇଡ଼ା ଓ ପିଙ୍ଗଳା ନାମକ ଶକ୍ତିପ୍ରବାହଦ୍ୱୟ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମନୁଷ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଅଛି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ସାହାଯ୍ୟରେ ଆମେ ଶରୀରର କ୍ରିୟାଦି ସମ୍ପନ୍ନ କରୁଅଛୁ । ସୁଷୁମ୍ନା ସମସ୍ତଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅଛି ସତ, ତେବେ କେବଳ ଯୋଗୀଙ୍କ ଶରୀରରେ ତାହା କ୍ରିୟାଶୀଳ । ତୁମମାନଙ୍କର ସ୍ମରଣ ରଖିବା ଉଚିତ ଯେ, ଯୋଗୀ ଯୋଗସାଧନ ବଳରେ ନିଜ ଦେହ ପରିବର୍ତ୍ତିତ କରନ୍ତି । ଯେତେ ମାତ୍ରାରେ ସାଧନ କରିବ, ସେତେ ମାତ୍ରାରେ ତୁମର ଦେହ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହେବ; ସାଧନ ପୂର୍ବରୁ ତୁମର ଶରୀର ଯେପରି ଥିଲା, ପରେ ଆଉ ସେପରି ରହିବ ନାହିଁ । ଏହା ଅଯୌକ୍ତିକ କଥା ନୁହେଁ । ଆମେ ଯେଉଁସବୁ ନୂତନ ଚିନ୍ତା କରୁ, ସେସବୁ ଯେପରି ଆମମାନଙ୍କର ମସ୍ତିଷ୍କ ଭିତରେ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ନୂଆ ପ୍ରଣାଳୀ ନିର୍ମାଣ କରିଦିଏ । ଏଥିରୁ ବୁଝାଯାଉଛି, ମନୁଷ୍ୟର ସ୍ୱଭାବ ସ୍ଥିତିଶୀଳତାର ପକ୍ଷପାତୀ କାହିଁକି ? ମନୁଷ୍ୟର ସ୍ୱଭାବ ଏପରି ଯେ, ତାହା ପୂର୍ବାବର୍ତ୍ତିତ ପଥରେ ଭ୍ରମଣ କରିବାକୁ ଚାହେଁ; କାରଣ ତାହା ଅପେକ୍ଷାକୃତ ସହଜ । ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତସ୍ୱରୂପ, ଯଦି ମନେ କରାଯାଏ ଯେ, ମନ ଗୋଟିଏ ସୂଚି ଆଉ ମସ୍ତିଷ୍କ ଏହା ସମ୍ମୁଖରେ ଗୋଟିଏ କୋମଳ ପିଣ୍ଡସଦୃଶ, ତାହେଲେ ଦେଖାଯିବ ଯେ, ଆମର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଚିନ୍ତା ମସ୍ତିଷ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯେପରିକି ଗୋଟିଏ ନୂତନ ପଥ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଦେଉଛି, ଆଉ ମସ୍ତିଷ୍କମଧ୍ୟସ୍ଥ ଧୂସର ପଦାର୍ଥ ଏହି ପଥଟିକୁ ପୃଥକ୍ ରଖିବା ପାଇଁ ତାହାର ଗୋଟିଏ ସ୍ତର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଦେଉଛି । ଯଦି ଏହି ଧୂସରବର୍ଣ୍ଣ ପଦାର୍ଥ ନ ଥାଆନ୍ତା, ତା'ହେଲେ ଆମମାନଙ୍କର କୌଣସି ସ୍ମୃତି ସମ୍ଭବ ହୁଅନ୍ତା ନାହିଁ । କାରଣ ସ୍ମୃତିର ଅର୍ଥ ପୁରାତନ ପଥରେ ଭ୍ରମଣ, ଗୋଟିଏ ଚିନ୍ତାର ପ୍ରତ୍ୟାନୁସରଣ କରିବା । ହୁଏତ ତୁମେମାନେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଥିବ, ଯେତେବେଳେ ମୁଁ ସମସ୍ତଙ୍କର ପରିଚିତ ବିଷୟ ଉପରେ କିଛି କହେ, ସେତେବେଳେ ତୁମେମାନେ ସହଜରେ ମୋ କଥା ବୁଝିଥାଅ । ଏହାର କାରଣ, ଏହି ଚିନ୍ତାର ପଥ ବା ପ୍ରଣାଳୀଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ପୂର୍ବରୁ ବିଦ୍ୟମାନ ଅଛି, କେବଳ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଫେରାଇ ଆଣିବାକୁ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ନୂତନ ବିଷୟ ଆମ ସମ୍ମୁଖକୁ ଆସେ, ସେତେବେଳେ ମସ୍ତିଷ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ନୂଆ ପ୍ରଣାଳୀ ନିର୍ମାଣ କରିବାକୁ ପଡ଼େ । ତେଣୁ ସେତେ ସହଜରେ ତାହା ବୁଝିହୁଏ ନାହିଁ । ମସ୍ତିଷ୍କ ହିଁ ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ଏହି ନୂତନ ଧରଣର ଭାବଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ହେବା ପାଇଁ ଅସ୍ୱୀକାର କରେ । ପ୍ରାଣ ନୂଆ ନୂଆ ପ୍ରଣାଳୀ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଅଛି । ମସ୍ତିଷ୍କ କିନ୍ତୁ ତାହା କରିବାକୁ ଦେଉନାହିଁ । ମନୁଷ୍ୟ ଯେ ସ୍ଥିତିଶୀଳତାର ଏତେ ପକ୍ଷପାତୀ ଏହା ହିଁ ତାହାର ଗୂଢ଼ ରହସ୍ୟ ।

ମସ୍ତିଷ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏହି ପ୍ରଣାଳୀଗୁଡ଼ିକ ଯେତେ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣରେ ଥିବ, ପ୍ରାଣରୂପକ ସୂଚି ଏହା ଭିତରେ ଯେତେ ଅଳ୍ପ ସଂଖ୍ୟକ ପଥ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥିବ, ମସ୍ତିଷ୍କ ଠିକ୍ ସେତିକି ରକ୍ଷଣଶୀଳ ହେବ, ସେତେ ତାହା ନୂଆ ପ୍ରକାର ଚିନ୍ତା ଓ ଭାବ ବିରୋଧରେ ସଂଗ୍ରାମ କରିବ । ମନୁଷ୍ୟ ଯେତେ ଚିନ୍ତାଶୀଳ ହୁଏ, ମସ୍ତିଷ୍କ ଭିତରର ପଥଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ସେତେ ବେଶୀସଂଖ୍ୟକ ଓ ଜଟିଳ ହେବ ଏବଂ ସେତେ ସହଜରେ ଏହା ନୂଆ ନୂଆ ଭାବ ଗ୍ରହଣ କରିବ ଓ ତାହା ବୁଝିପାରିବ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ନୂତନ ଭାବ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଏହିପରି ଜାଣିବ । ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ଗୋଟିଏ ନୂତନ ଭାବ ଆସିଲା ମାତ୍ରେ ମସ୍ତିଷ୍କ ଭିତରେ ଏକ ନୂତନ ପ୍ରଣାଳୀ ନିର୍ମିତ ହୁଏ । ଏହି କାରଣରୁ ଯୋଗ ଅଭ୍ୟାସ ସମୟରେ ଆମେ ଏତେ ଶାରୀରିକ ବାଧା ପାଇଥାଉ । ଯୋଗ ନୂତନ ଚିନ୍ତା ଓ ଭାବର ସମଷ୍ଟି । ଏଥିପାଇଁ ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ, ଧର୍ମର ଯେଉଁ ଅଂଶରେ ପ୍ରକୃତିର ଜାଗତିକ ଭାବର ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର ଅଛି, ତାହା ବହୁ ଲୋକଙ୍କର ଗ୍ରାହ୍ୟ ହୁଏ; ମାତ୍ର ତାହାର ଅପରାଂଶ ଅର୍ଥାତ୍ ଦର୍ଶନ ବା ମନୋବିଜ୍ଞାନ ଯାହା କେବଳ ମନୁଷ୍ୟର ଅନ୍ତଃପ୍ରକୃତିଗତ, ତାହା ସାଧାରଣତଃ ଅବହେଳିତ ହୋଇଥାଏ ।

ଆମର ଏହି ଜଗତର ସଂଜ୍ଞା କଣ, ତାହା ଆମର ସ୍ମରଣ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଜଗତ ଆମର ସଜ୍ଞାନଭୂମିରେ ପ୍ରକାଶିତ (ପ୍ରକ୍ଷେପିତ) ଅନନ୍ତ ସତ୍ତାମାତ୍ର । ଅନନ୍ତର କିୟଦଂଶ ଆମର ଚେତନାସ୍ତରରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଅଛି ଏବଂ ତାହାକୁ ଆମେ ଆମର 'ଜଗତ' କହିଥାଉ । ତାହାହେଲେ ଦେଖାଗଲା, ଇନ୍ଦ୍ରିୟାନୁଭୂତିର ବାହାରେ ଏକ ଅନନ୍ତ ସତ୍ତା ରହିଅଛି । ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ଜଡ଼ପିଣ୍ଡ, ଯାହାକୁ ଆମେ ଜଗତ କହୁ ଏବଂ ଏହାର ଅତୀତ ଅନନ୍ତ ସତ୍ତା—ଏହି ଉଭୟ ବିଷୟ ହିଁ ଧର୍ମର ଅନ୍ତର୍ଗତ । ଯେଉଁ ଧର୍ମ କେବଳ ଗୋଟିକୁ ନେଇ ବ୍ୟାପୃତ, ତାହା ଅସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ । ଧର୍ମକୁ ଏହି ଉଭୟ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଆଲୋଚନା କରିବାକୁ ହେବ । ଅନନ୍ତର ଯେଉଁ ଅଂଶ ଟିକକ ଆମେ ଅନୁଭବ କରୁଅଛୁ, ଯେଉଁ ଟିକକ ଦେଶକାଳ ନିମିତ୍ତରୂପକ ପିଞ୍ଜରା ମଧ୍ୟରେ ଆସି ପଡ଼ିଅଛି, ଧର୍ମର ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ଅଂଶ ଆମର ସହଜରେ ବୋଧଗମ୍ୟ ହୁଏ; କାରଣ, ଆମେ ସ୍ମରଣାତୀତ କାଳରୁ ଏହା ସହିତ ପରିଚିତ । କିନ୍ତୁ ଧର୍ମର ଯେଉଁ ଅଂଶ ଅନନ୍ତବିଷୟକ, ତାହା ଆମ ପକ୍ଷରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ନୂତନ । ସେଥିପାଇଁ ଏହି ନୂତନ ଚିନ୍ତାର ଫଳସ୍ୱରୂପ ମସ୍ତିଷ୍କ ମଧ୍ୟରେ ନୂଆ ନୂଆ ପ୍ରଣାଳୀ ଗଠିତ ହେଉଥାଏ । ଏବଂ ତାହା ଯେପରି କି ସମଗ୍ର ଶରୀରକୁ ବିପର୍ଯ୍ୟସ୍ତ କରିଦିଏ । ତେଣୁ ସାଧନ କରିବାକୁ ଯାଇ ସାଧାରଣ ମନୁଷ୍ୟ ପ୍ରଥମେ ଚିରାଚରିତ ପଥରୁ ବିଚ୍ୟୁତ ହୋଇଯାଏ । ଯଥାସମ୍ଭବ ଏହି ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ଭାବ ହ୍ରାସ କରିବା ପାଇଁ ପତଞ୍ଜଳି ଏହି ସକଳ ଉପାୟ ଆବିଷ୍କାର କରିଅଛନ୍ତି, ଯଦ୍ୱାରା ଆମେ ଏହିଗୁଡ଼ିକରୁ ଆମମାନଙ୍କର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଉପଯୋଗୀ ଗୋଟିଏ ସାଧନ-ପ୍ରଣାଳୀ ବାଛିନେଇ ତାହା ଅଭ୍ୟାସ କରିପାରୁ ।

ବିଷୟବତୀ ବା ପ୍ରବୃତ୍ତିରୁତ୍ପନ୍ନା ମନସଃ ସ୍ଥିତିନିବନ୍ଧିନୀ ।।୩୫।।

—ଯେଉଁ ସକଳ ସମାଧିରେ ଅଲୌକିକ ଇନ୍ଦ୍ରିୟାନୁଭୂତିସମୂହ ହୋଇଥାଏ, ସେଗୁଡ଼ିକ ମନର ସ୍ଥିତିର କାରଣ ହୁଏ ।

ଧାରଣା ଅର୍ଥାତ୍ ଏକାଗ୍ରତାରୁ ହିଁ ଏହା ଆପେ ଆପେ ଆସିଥାଏ । ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ଯଦି ନାସିକାଗ୍ରରେ ମନ ଏକାଗ୍ର କରାଯାଏ, ତେବେ ଅଳ୍ପ କେତେ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ହିଁ ଅଦ୍ଭୁତ ସୁଗନ୍ଧ ଆଘ୍ରାଣ କରାଯାଇଥାଏ । ଏହିପରି ଜିହ୍ୱାମୂଳରେ ମନକୁ ଏକାଗ୍ର କଲେ,

ମଧୁର ଶବ୍ଦ ଶୁଣାଯାଏ । ଜିହ୍ବାଗ୍ରରେ ଏହିପରି କଲେ ଦିବ୍ୟ ରସାସ୍ୱାଦ ହୁଏ । ଜିହ୍ବାର ମଧ୍ୟାଂଶରେ ମନକୁ ସଂଯମ କଲେ ସ୍ପର୍ଶାନୁଭୂତି ହୁଏ । ତାଳୁରେ ମନ ସଂଯମ କଲେ ଦିବ୍ୟ ରୂପସକଳ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । କୌଣସି ଅସ୍ଥିରଚିତ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ଯଦି ଯୋଗସାଧନ କାଳରେ ଏହାର ସତ୍ୟତା ବିଷୟରେ ସନ୍ଦିହାନ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଏହି ସକଳ ଅନୁଭୂତି ତା'ର ସନ୍ଦେହକୁ ଦୂର କରିଦେବ ଏବଂ ସେ ଅଧ୍ୟବସାୟ ସହକାରେ ପୁନଃ ସାଧନ କରିବାକୁ ଲାଗିବ ।

ବିଶୋକା ବା ଜ୍ୟୋତିଷ୍ମତୀ ॥୩୬॥

—ଶୋକରହିତ ଜ୍ୟୋତିଷ୍ମାନ୍ ପଦାର୍ଥର ଧ୍ୟାନଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ସମାଧି ହୁଏ ।

ଏହା ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାର ସମାଧି । ଧ୍ୟାନ କର, ଯେପରି କି ହୃଦୟ ମଧ୍ୟରେ ଗୋଟିଏ ପଦ୍ମ ରହିଅଛି, ତାହାର ପାଖୁଡ଼ା ଅଧୋମୁଖ, ତା' ମଧ୍ୟ ଦେଇ ସୁଷୁମ୍ନା ଯାଇଅଛି; ତାପରେ ପୂରକ କର, ପରେ ରେଚକ କରିବା ସମୟରେ ଚିନ୍ତାକର ଯେ ପାଖୁଡ଼ା ସହିତ ଏହି ପଦ୍ମ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱମୁଖ ହୋଇଅଛି, ଆଉ ଏହି ପଦ୍ମ ମଧ୍ୟରେ ଦିବ୍ୟ ଜ୍ୟୋତି ରହିଅଛି । ଏହି ଜ୍ୟୋତିର ଧ୍ୟାନ କର ।

ବୀତରାଗବିଷୟଂ ବା ଚିତ୍ତମ୍ ॥୩୭॥

—ଅଥବା ଯେଉଁ ହୃଦୟ ସମଗ୍ର ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ବିଷୟରେ ଆସକ୍ତି ପରିତ୍ୟାଗ କରିଅଛି, ତାହାର ଧ୍ୟାନଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଚିତ୍ତ ସ୍ଥିର ହୋଇଥାଏ ।

କୌଣସି ମହାପୁରୁଷ ଯାହାଙ୍କ ପ୍ରତି ତୁମର ଖୁବ୍ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଅଛି, ଅଥବା କୌଣସି ସାଧୁ, ଯାହାଙ୍କୁ ତୁମେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଅନାସକ୍ତ ବୋଲି ଜାଣ, ତାଙ୍କ ହୃଦୟର ଚିନ୍ତା କର । ଯାହାଙ୍କ ଅନ୍ତଃକରଣ ସର୍ବବିଷୟରେ ଅନାସକ୍ତ ହୋଇଅଛି, ତାଙ୍କ ହୃଦୟର ଚିନ୍ତା କଲେ ତୁମର ଅନ୍ତଃକରଣ ଶାନ୍ତ ହେବ । ଏହା ଯଦି କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ନ ହୁଅ, ତେବେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ଉପାୟ ଅଛି ।

ସ୍ୱପ୍ନନିଦ୍ରାଜ୍ଞାନାଲମ୍ବନଂ ବା ॥୩୮॥

—ଅଥବା ସ୍ୱପ୍ନାବସ୍ଥାରେ କେବେ କେବେ ଯେଉଁ ଅପୂର୍ବ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ ହୁଏ, ତାହାର (କିମ୍ବା ନିଦ୍ରା ବା ସୁଷୁପ୍ତି ଅବସ୍ଥାରେ ଲବ୍ଧ ସାତ୍ତ୍ୱିକ ସୁଖର) ଧ୍ୟାନ କଲେ ମଧ୍ୟ ଚିତ୍ତ ପ୍ରଶାନ୍ତ ହୁଏ ।

କେବେ କେବେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଏପରି ସ୍ୱପ୍ନ ଦେଖନ୍ତି ଯେ, ତାଙ୍କ ସହିତ ଦେବତାମାନେ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରୁଛନ୍ତି ଏବଂ ସେ ଯେପରି ଏକ ପ୍ରକାର ଭାବବେଶରେ ବିଭୋର ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି । ପବନରେ ଅପୂର୍ବ ସଙ୍ଗୀତ ଧ୍ୱନି ଭାସି ଆସୁଅଛି, ସେ ତାହା ଶୁଣୁଛନ୍ତି । ଏହି ସ୍ୱପ୍ନାବସ୍ଥାରେ ସେ ଏକ ଅଦ୍ଭୁତ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ଜାଗରଣ ପରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ସ୍ୱପ୍ନର ସ୍ମୃତି ତାଙ୍କ ଅନ୍ତରରେ ଦୃଢ଼ବଦ୍ଧ ହୋଇ ରହେ । ଏହି ସ୍ୱପ୍ନଟିକୁ ସତ୍ୟ ବୋଲି ଚିନ୍ତା କର, ଏହାର ଧ୍ୟାନ କର । ତୁମେ ଯଦି ଏଥିରେ ମଧ୍ୟ ସମର୍ଥ ନ ହୁଅ ତେବେ ତୁମ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ଯେ କୌଣସି ପବିତ୍ର ବସ୍ତୁର ଧ୍ୟାନ କର ।

ଯଥାଭିମତଧ୍ୟାନାଦ୍ବା ॥୩୯॥

—ଅଥବା ଯେ କୌଣସି ଜିନିଷ ତୁମ ନିକଟରେ ଭଲ ବୋଲି ବୋଧହୁଏ, ତାହାର ଧ୍ୟାନଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ସମାଧିଲାଭ ହୁଏ ।

ଅବଶ୍ୟ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ଏହା ନୁହେଁ ଯେ, ତୁମେ ଯେ କୌଣସି ଅସତ୍ ବିଷୟରେ ଧ୍ୟାନ କରିପାର । ସୂତ୍ରର ଅର୍ଥ—ଯେକୌଣସି ସତ୍ ବିଷୟକୁ ତୁମେ ଭଲପାଅ, ଯେକୌଣସି ସ୍ଥାନକୁ ତୁମେ ଖୁବ୍ ଭଲପାଅ, ଯେକୌଣସି ଦୃଶ୍ୟ ତୁମକୁ ଭଲଲାଗେ, ଯେ କୌଣସି ଭାବକୁ ତୁମେ ଖୁବ୍ ଭଲପାଅ, ଯେଉଁଥିରେ ତୁମର ଚିତ୍ତ ଏକାଗ୍ର ହୁଏ, ତାହାର ଚିନ୍ତା କର ।

ପରମାଣୁ ପରମମହତ୍ତ୍ୱାନ୍ତୋଽସ୍ୟ ବଶୀକାରଃ ॥୪୦॥

—ଏହିପରି ଧ୍ୟାନ କରୁ କରୁ ପରମାଣୁରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଅତିଶୟ ବୃହତ୍ ପଦାର୍ଥ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯେ କୌଣସି ବିଷୟରେ ତା'ର ମନ ଅବ୍ୟାହତ ଗତି ଲାଭ କରେ ।

ମନ ଏହି ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ଅତି ସୂକ୍ଷ୍ମରୁ ବୃହତ୍ତମ ବସ୍ତୁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସହଜରେ ଧ୍ୟାନ କରିପାରେ । ଫଳସ୍ୱରୂପ (ବୃତ୍ତିରୂପକ) ମନର ତରଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକ କ୍ଷୀଣତର ହୋଇଆସିବ ।

କ୍ଷୀଣବୃତ୍ତେରଭିଜାତସ୍ୟେବ ମଣେର୍ଗ୍ରହିତୃ–ଗ୍ରହଣ–ଗ୍ରାହ୍ୟେଷୁ
ତତ୍ସ୍ଥ–ତଦଂଜନତାସମାପତ୍ତିଃ ॥୪୧॥

—ଯେଉଁ ଯୋଗୀଙ୍କର ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଏହିପରି କ୍ଷୀଣ ହୋଇଯାଏ (ବଶୀଭୂତ ହୁଏ), ତାଙ୍କ ଚିତ୍ତ ସେତେବେଳେ ଶୁଦ୍ଧ ସ୍ଫଟିକ ଯେପରି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ବର୍ଣ୍ଣଯୁକ୍ତ ବସ୍ତୁ ସମ୍ମୁଖରେ ତତ୍ସଦୃଶ ବର୍ଣ୍ଣ ଓ ଆକାର ଧାରଣ କରେ, ଠିକ୍ ସେହିପରି ଗ୍ରହୀତା, ଗ୍ରହଣ ଓ ଗ୍ରାହ୍ୟ ବସ୍ତୁରେ (ଅର୍ଥାତ୍ ଆତ୍ମା, ମନ ଓ ବାହ୍ୟ ବସ୍ତୁରେ) ଏକାଗ୍ରତା ଓ ଏକୀଭାବ ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ ।

ଏହିପରି ଏକନିଷ୍ଠ ଧ୍ୟାନ କରିବାଦ୍ୱାରା କଅଣ ଫଳ ଲାଭ ହୁଏ ? ଆମର ସ୍ମରଣ ଅଛି ଯେ, ଗୋଟିଏ ସୂତ୍ରରେ ପତଞ୍ଜଳି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ସମାଧି ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଅଛନ୍ତି । ପ୍ରଥମ ସମାଧି ସ୍ଥୂଳ ବିଷୟକ, ଦ୍ୱିତୀୟଟି ସୂକ୍ଷ୍ମ ବିଷୟକୁ ନେଇ, ପରେ କ୍ରମଶଃ ଆହୁରି ସୂକ୍ଷ୍ମାତିସୂକ୍ଷ୍ମ ବସ୍ତୁ ଆମର ସମାଧିର ବିଷୟ ହୁଏ । ଏହି ସକଳ ସମାଧିର ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ସ୍ଥୂଳ ପରି ସୂକ୍ଷ୍ମ ବିଷୟ ଉପରେ ମଧ୍ୟ ଆମେ ସହଜରେ ଧ୍ୟାନ କରିପାରୁ । ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଯୋଗୀ ତିନୋଟି ବସ୍ତୁ ଦେଖିଥାଆନ୍ତି—ଗ୍ରହୀତା, ଗ୍ରାହ୍ୟ ଓ ଗ୍ରହଣ ଅର୍ଥାତ୍ ଆତ୍ମା, ବିଷୟ ଓ ମନ । ତିନି ପ୍ରକାର ଧ୍ୟାନର ବିଷୟ ଆମମାନଙ୍କୁ ଦିଆ ହୋଇଅଛି । ପ୍ରଥମତଃ ସ୍ଥୂଳ ଯଥା—ଶରୀର ବା ଜଡ଼ ପଦାର୍ଥ ସକଳ । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ ସୂକ୍ଷ୍ମ ବସ୍ତୁସକଳ, ଯଥା—ମନ ବା ଚିତ୍ତାଦି । ତୃତୀୟତଃ, ଗୁଣବିଶିଷ୍ଟ ପୁରୁଷ ଅର୍ଥାତ୍ ଅସ୍ମିତା ବା ଅହଂକାର । ଏଠାରେ ଆତ୍ମା କହିଲେ ତା'ର ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱରୂପକୁ ବୁଝାଉ ନାହିଁ । ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ଯୋଗୀ ଏହି ସକଳ ଧ୍ୟାନରେ ଦୃଢ଼ପ୍ରତିଷ୍ଠ ହୋଇଥାଆନ୍ତି । ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କର ଏତେ ଏକାଗ୍ରତାଶକ୍ତିଲାଭ ହୁଏ ଯେ, ଯେତେବେଳେ ସେ ଧ୍ୟାନ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବସ୍ତୁଠାରୁ ମନକୁ ଅଲଗା କରିଦେଇପାରନ୍ତି । ସେ ଯେଉଁ ବିଷୟରେ ଧ୍ୟାନ କରନ୍ତି ତାହା ସହିତ ଏକ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । (ତତ୍ସ୍ଥିତତା ଓ ତଦଂଜନତା) । ଯେତେବେଳେ ସେ ଧ୍ୟାନ କରନ୍ତି, ସେ ଯେପରି ଖଣ୍ଡିଏ ସ୍ଫଟିକତୁଲ୍ୟ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ପୁଷ୍ପ ନିକଟରେ ସ୍ଫଟିକ ରହିଲେ, ଏହି ସ୍ଫଟିକ ପୁଷ୍ପ ସହିତ ଏକ ହୋଇଯାଏ । ଯଦି ପୁଷ୍ପଟି ଲୋହିତ ହୁଏ, ତେବେ ସ୍ଫଟିକଟି ମଧ୍ୟ ଲୋହିତ ଦେଖାଯାଏ, ଯଦି ପୁଷ୍ପଟି ନୀଳ ହୁଏ, ତେବେ ସ୍ଫଟିକଟି ମଧ୍ୟ ନୀଳ ଦେଖାଯାଏ ।

ତତ୍ର ଶବ୍ଦାର୍ଥଜ୍ଞାନବିକଳ୍ପୈଃ ସଙ୍କୀର୍ଣ୍ଣା ସବିତର୍କା ସମାପତ୍ତିଃ ॥୪୨॥

—ଶବ୍ଦ ଅର୍ଥ ଓ ତତ୍ପ୍ରସୂତ ଜ୍ଞାନ ଯେତେବେଳେ ମିଶ୍ରିତ ହୋଇଥାଏ, ସେତେବେଳେ ତାହା ସବିତର୍କ ଅର୍ଥାତ୍ ବିତର୍କଯୁକ୍ତ ସମାଧି ବୋଲି କଥିତ ହୁଏ ।

ଏଠାରେ 'ଶବ୍ଦ' ଅର୍ଥ କମ୍ପନ । 'ଅର୍ଥ' ମାନେ ଯେଉଁ ସ୍ନାୟବିକ ଶକ୍ତିପ୍ରବାହ ତାହାକୁ ଭିତରକୁ ଚାଳିତ କରେ, ଏବଂ 'ଜ୍ଞାନ'ର ଅର୍ଥ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା । ଆମେ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯେତେ ପ୍ରକାର ଧ୍ୟାନ କଥା ଶୁଣିଲୁ, ପତଞ୍ଜଳି ଏହି ସବୁଗୁଡ଼ିକୁ ସବିତର୍କ କହନ୍ତି । ଏହା ପରେ ସେ ଆମମାନଙ୍କୁ କ୍ରମଶଃ ଉଚ୍ଚତର ଧ୍ୟାନର କଥା କହିବେ । ଏହି ସବିତର୍କ ସମାଧିରେ ବିଷୟୀ ଓ ବିଷୟର ଦ୍ୱୈତ ଭାବ ଥାଏ । ଶବ୍ଦ, ତାହାର ଅର୍ଥ ଓ ତଦ୍‌ପ୍ରସୂତ ଜ୍ଞାନର ମିଶ୍ରଣରେ ତାହା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ପ୍ରଥମେ ବାହ୍ୟ କମ୍ପନ 'ଶବ୍ଦ'; ଏହା ଇନ୍ଦ୍ରିୟପ୍ରବାହଦ୍ୱାରା ଭିତରକୁ ପ୍ରବାହିତ ହେଲେ ତାହାକୁ 'ଅର୍ଥ' କୁହାଯାଏ । ତା'ପରେ ଚିତ୍ତରେ ଏକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା-ପ୍ରବାହ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୁଏ, ଯାହାକୁ 'ଜ୍ଞାନ' କୁହାଯାଏ । ଯାହାକୁ ଆମେ ଜ୍ଞାନ (ବାହ୍ୟ ବସ୍ତୁର ଅନୁଭୂତି) କହୁ, ତାହା ପ୍ରକୃତ ପକ୍ଷରେ ଏହି ତିନୋଟି ମିଶ୍ରଣ ବା ସମଷ୍ଟି (ସଂକୀର୍ଣ୍ଣ) ମାତ୍ର । ଆମେ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯେତେ ପ୍ରକାର ଧ୍ୟାନର ବର୍ଣ୍ଣନା ପାଇଅଛୁ, ସେସବୁଗୁଡ଼ିକରେ ଏହି ମିଶ୍ରଣ ହିଁ ଆମମାନଙ୍କର ଧ୍ୟେୟ । କିନ୍ତୁ ଏହାପରେ ଯେଉଁ ସମାଧି କଥା କୁହାଯିବ, ତାହା ଉଚ୍ଚତର ।

ସ୍ମୃତିପରିଶୁଦ୍ଧୌ ସ୍ୱରୂପଶୂନ୍ୟେବାର୍ଥମାତ୍ରନିର୍ଭାସା ନିର୍ବିତର୍କା ॥୪୩॥

ଯେତେବେଳେ ସ୍ମୃତି ଶୁଦ୍ଧ ହୋଇଯାଏ, ଅର୍ଥାତ୍ ସ୍ମୃତିରେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଗୁଣସମ୍ପର୍କ ନଥାଏ, ଯେତେବେଳେ ତାହା ଧ୍ୟେୟ ବସ୍ତୁର ଅର୍ଥମାତ୍ର ପ୍ରକାଶ କରେ, ସେତେବେଳେ ତାହା ନିର୍ବିତର୍କ ଅର୍ଥାତ୍ ବିତର୍କଶୂନ୍ୟ ସମାଧି ।

ପୂର୍ବେ ଯେଉଁ ଶବ୍ଦ, ଅର୍ଥ ଓ ଜ୍ଞାନର କଥା କୁହାଯାଇଅଛି, ଏହି ତିନୋଟି ଏକ ମାତ୍ର ଅଭ୍ୟାସ କରୁ କରୁ ଏପରି ଏକ ସମୟ ଆସେ, ଯେତେବେଳେ ସେଗୁଡ଼ିକ ଆଉ ମିଶ୍ରିତ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ; ସେତେବେଳେ ଆମେ ଅନାୟାସରେ ଏହି ତ୍ରିବିଧ ଭାବକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିପାରୁ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହି ତିନୋଟି କଅଣ, ତାହା ଆମେ ବୁଝିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା । ଚିତ୍ତ କଥା ଧରାଯାଉ—ପୂର୍ବୋକ୍ତ ସେହି ହ୍ରଦର ଉପମା କଥା ସ୍ମରଣ କର; ଚିତ୍ତକୁ ହ୍ରଦ ସହିତ ତୁଳନା କରାହୋଇଅଛି, ଏବଂ ଶବ୍ଦ ବା ବାକ୍ୟ ଅର୍ଥାତ୍ ବସ୍ତୁର କମ୍ପନ ଯେପରି ତାହା ଉପରେ ଏକ ତରଙ୍ଗ । ତୁମ ନିଜ ମଧ୍ୟରେ ଏହି ହ୍ରଦ ରହିଅଛି । ମନେକର ମୁଁ 'ଗାଈ' ଏହି ଶବ୍ଦଟି ଉଚ୍ଚାରଣ କଲି । ଯେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଏହା ତୁମ କର୍ଣ୍ଣରେ ପ୍ରବେଶ କଲା, ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ତୁମ ଚିତ୍ତହ୍ରଦରେ ଗୋଟିଏ ତରଙ୍ଗ ଉତ୍‌ଥିତ ହେଲା । ଏହି ତରଙ୍ଗଟି 'ଗାଈ' ଶବ୍ଦ-ସୂଚିତ ଭାବ, ଯାହାକୁ ଆମେ ଆକାର ବା ଅର୍ଥ କହିଥାଉ । ତୁମେ ଯେ ଗୋଟିଏ 'ଗାଈ'କୁ ଜାଣ ବୋଲି ମନେକର, ତାହା କେବଳ ତୁମର ମନମଧ୍ୟସ୍ଥ ଗୋଟିଏ ତରଙ୍ଗ ମାତ୍ର । ତାହା ବାହ୍ୟ ଓ ଅଭ୍ୟନ୍ତର ଶବ୍ଦ ପ୍ରବାହର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ରୂପେ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏ ଶବ୍ଦର ଲୟ ସହିତ ତରଙ୍ଗଟି ମଧ୍ୟ ଲୟ ହୁଏ । ଗୋଟିଏ ବାକ୍ୟ ବା ଶବ୍ଦ ବ୍ୟତୀତ ତରଙ୍ଗ ରହିପାରେ ନାହିଁ । ତୁମର ମନେ ହୋଇପାରେ, ଯେତେବେଳେ ଆମେ କେବଳ 'ଗାଈ'ର ଚିନ୍ତା କରୁ ଅଥଚ ବାହାରୁ କୌଣସି ଶବ୍ଦ କାନକୁ ଆସେ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ଶବ୍ଦ ଥାଏ କେଉଁଠି ? ତୁମେ ସେତେବେଳେ ମନେ ମନେ 'ଗାଈ' ଶବ୍ଦଟି ଅସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ ଉଚ୍ଚାରଣ କରିଥାଅ ଏବଂ ସେଥିରୁ ହିଁ ତୁମ ଅନ୍ତରରେ ଗୋଟିଏ ତରଙ୍ଗ ଉତ୍‌ଥିତ ହୁଏ । ଶବ୍ଦର ଉତ୍ତେଜନା ବ୍ୟତୀତ କୌଣସି ତରଙ୍ଗ ସୃଷ୍ଟ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଯେତେବେଳେ ବାହାରୁ ଏ ଉତ୍ତେଜନା ନ ଆସେ, ସେତେବେଳେ ଭିତରୁ ହିଁ ଏହା ଆସିଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଶବ୍ଦ ନ ଥାଏ, ସେତେବେଳେ ତରଙ୍ଗ ମଧ୍ୟ ନ ଥାଏ । ତାହାହେଲେ

ସେତେବେଳେ କଅଣ ଅବଶିଷ୍ଟ ରହେ ? ସେତେବେଳେ ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାର ଫଳମାତ୍ର ଅବଶିଷ୍ଟ ଥାଏ, ଯାହାକୁ ଆମେ ଜ୍ଞାନ କହୁ । ଏହି ତିନୋଟି ଆମ ମନରେ ଏତେ ଦୃଢ଼ବଦ୍ଧ ହୋଇ ରହିଅଛନ୍ତି, ଯେ ଆମେ ସେମାନଙ୍କୁ ପୃଥକ୍ କରିପାରୁ ନାହିଁ । ଯେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଶବ୍ଦ ଆସେ ସେତେବେଳେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ କମ୍ପିତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି, ଆଉ ପ୍ରବାହରୂପକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ; କିନ୍ତୁ ଏଗୁଡ଼ିକ ଗୋଟିଏ ପରେ ଗୋଟିଏ ଏତେ ଶୀଘ୍ର ଆସିଥାଆନ୍ତି ଯେ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିକୁ ଅନ୍ୟଠାରୁ ପୃଥକ୍ କରିବା କଠିନ । ଏଠାରେ ଯେଉଁ ସମାଧି କଥା କୁହାଗଲା, ତାହା ଦୀର୍ଘକାଳ ଅଭ୍ୟାସ କଲେ ସକଳ ସଂସ୍କାରର ଆଧାରଭୂମି ସ୍ମୃତି ଶୁଦ୍ଧ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ସେତେବେଳେ ଆମେ ଏଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିକୁ ଅନ୍ୟଗୁଡ଼ିକଠାରୁ ପୃଥକ୍ କରିପାରୁ । ଏହାକୁ ନିର୍ବିତର୍କ ଅର୍ଥାତ୍ ବିତର୍କଶୂନ୍ୟ ସମାଧି କହନ୍ତି ।

ଏତୟୈବ ସବିଚାରା ନିର୍ବିଚାରା ଚ ସୂକ୍ଷ୍ମ ବିଷୟା ବ୍ୟାଖ୍ୟାତା । ॥୪୪॥

—ପୂର୍ବୋକ୍ତ ସୂତ୍ରଦ୍ୱୟରେ ଯେଉଁ ସବିତର୍କ ଓ ନିର୍ବିତର୍କ ସମାଧିଦ୍ୱୟର କଥା କୁହାଗଲା, ତଦ୍ୱାରା ସବିଚାର ଓ ନିର୍ବିଚାର ଉଭୟ ପ୍ରକାର ସମାଧି (ଯେଉଁମାନଙ୍କ ବିଷୟ ସୂକ୍ଷ୍ମତର) ମଧ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରାଗଲା ।

ଏଠାରେ ପୂର୍ବଭଳି ବୁଝିବାକୁ ହେବ । କେବଳ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ଦୁଇଟି ଧ୍ୟାନର ବିଷୟ ସ୍ଥୂଳ । ଏଠାରେ ଆଲୋଚିତ ଧ୍ୟାନର ବିଷୟ ସୂକ୍ଷ୍ମ ।

ସୂକ୍ଷ୍ମବିଷୟତ୍ୱଞ୍ଚାଲିଙ୍ଗପର୍ଯ୍ୟବସାନମ୍ ॥୪୫॥

—ସୂକ୍ଷ୍ମବିଷୟ ଅଲିଙ୍ଗରେ ଅର୍ଥାତ୍ ଅବ୍ୟକ୍ତ ବା ପ୍ରଧାନରେ (ପ୍ରକୃତିରେ) ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ହୁଏ ।

ଭୂତସକଳ ଓ ସେଥିରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ସମଗ୍ର ବସ୍ତୁକୁ ସ୍ଥୂଳ କହନ୍ତି । ସୂକ୍ଷ୍ମ ବସ୍ତୁ ତନ୍ମାତ୍ରରୁ ସୃଷ୍ଟ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟ, ମନ (ଅର୍ଥାତ୍ ସାଧାରଣ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ, ଇନ୍ଦ୍ରିୟର ସମଷ୍ଟିସ୍ୱରୂପ), ଅହଂକାର ମହତ୍ତ୍ୱ (ଯାହା ସମଗ୍ର ବ୍ୟକ୍ତ ଜଗତର କାରଣ), ସତ୍ତ୍ୱ, ରଜଃ ଓ ତମୋଗୁଣର ସାମ୍ୟାବସ୍ଥାରୂପକ ପ୍ରଧାନ (ପ୍ରକୃତି ଅଥବା ଅବ୍ୟକ୍ତ), ଏହା ସବୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ବସ୍ତୁର ଅନ୍ତର୍ଗତ । କେବଳ ପୁରୁଷ ଅର୍ଥାତ୍ ଆତ୍ମା ଏହାର ବହିର୍ଭୂତ ।

ତା ଏବ ସବୀଜଃ ସମାଧିଃ ॥୪୬॥

—ପୂର୍ବୋକ୍ତ ସମାଧିଗୁଡ଼ିକ ସବୁ ସବୀଜ ସମାଧି ॥

ଏହି ସମାଧିଗୁଡ଼ିକରେ ପୂର୍ବ କର୍ମର ବୀଜ ନାଶ ହୁଏ ନାହିଁ । ସୁତରାଂ ଏଗୁଡ଼ିକଦ୍ୱାରା ମୁକ୍ତିଲାଭ ହୁଏ ନାହିଁ । ତେବେ ଏଗୁଡ଼ିକଦ୍ୱାରା କଅଣ ହୁଏ ? ତାହା ପରବର୍ତ୍ତୀ ସୂତ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ବ୍ୟକ୍ତ ହୋଇଅଛି ।

ନିର୍ବିଚାରବୈଶାରଦ୍ୟେଽଧ୍ୟାତ୍ମପ୍ରସାଦଃ ॥୪୭॥

—ନିର୍ବିଚାର ସାମାଧିରେ ସତ୍ତ୍ୱ ଗୁଣ ପ୍ରଭାବରେ ବୁଦ୍ଧି ସ୍ୱଚ୍ଛ ହେଲେ ଚିତ୍ତ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ସ୍ଥିର ହୁଏ (ଏହା ହିଁ ବୈଶାରଦୀ ପ୍ରଜ୍ଞା) ।

ଋତମ୍ଭରା ତତ୍ର ପ୍ରଜ୍ଞା ॥୪୮॥

—ସେଥିରୁ ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ ହୁଏ, ତାହାକୁ ଋତମ୍ଭର ଅର୍ଥାତ୍ ସତ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ଞାନ କହନ୍ତି ।

ପରବର୍ତ୍ତୀ ସୂତ୍ରରେ ଏହାର ବ୍ୟାଖ୍ୟା ହେବ ।

ଶ୍ରୁତାନୁମାନ ପ୍ରଜ୍ଞାଭ୍ୟାମନ୍ୟବିଷୟା ବିଶେଷାର୍ଥତ୍ୱାତ୍ ॥୪୯॥

—ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନ ବିଶ୍ୱସ୍ତ ଜନଙ୍କର ବାକ୍ୟ (ଆପ୍ତବାକ୍ୟ) ଓ ଅନୁମାନରୁ ଲବ୍ଧ ହୁଏ, ତାହା ସାଧାରଣ ବସ୍ତୁବିଷୟକ । ପୂର୍ବ କଥିତ ସମାଧିରୁ ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ ହୁଏ, ତାହା ଏହା ଅପେକ୍ଷା ଉଚ୍ଚତର । ଏଥିରୁ ଆମର ଯେଉଁ ଅନୁଭୂତି ହୁଏ, ବିଶ୍ୱସ୍ତ ଜନଙ୍କ ବାକ୍ୟ ବା ଅନୁମାନରୁ ତାହା ହୁଏ ନାହିଁ ।

ଏହାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି, ସାଧାରଣ ବସ୍ତୁବିଷୟକ ଜ୍ଞାନ ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷାନୁଭବ, ତଦୁପସ୍ଥାପିତ ଅନୁମାନ ଓ ବିଶ୍ୱସ୍ତ ଲୋକଙ୍କ ବାକ୍ୟରୁ ପାଇଥାଉ । 'ବିଶ୍ୱସ୍ତ ଲୋକ' ଅର୍ଥରେ ଯୋଗୀମାନେ ଋଷିମାନଙ୍କୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଥାଆନ୍ତି । 'ଋଷି' ଅର୍ଥ ବେଦବର୍ଣ୍ଣିତ ଭାବଗୁଡ଼ିକର ଦ୍ରଷ୍ଟା ଅର୍ଥାତ୍ ଯେଉଁମାନେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ସାକ୍ଷାତ୍ କରିଅଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ଶାସ୍ତ୍ରର ପ୍ରାମାଣ୍ୟ କେବଳ ଏହି କାରଣରୁ ଯେ, ତାହା ବିଶ୍ୱସ୍ତ ଲୋକଙ୍କ ବାକ୍ୟ । ସେମାନେ କହନ୍ତି, ଶାସ୍ତ୍ର ବିଶ୍ୱସ୍ତ ଲୋକଙ୍କ ବାକ୍ୟ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ତାହା ଆମମାନଙ୍କୁ ସତ୍ୟ ଅନୁଭବ କରାଇବା ପାଇଁ ସମର୍ଥ ନୁହେଁ । ଆମେ ସମଗ୍ର ବେଦ ପାଠ କରିପାରୁ, କିନ୍ତୁ ସେଥିରୁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ତତ୍ତ୍ୱର ଅନୁଭୂତି କିଛିମାତ୍ର ହୋଇ ନ ପାରେ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ଆମେ ସେହି ଶାସ୍ତ୍ରୋକ୍ତ ସାଧନପ୍ରଣାଳୀ ଅନୁସାରେ ଅଭ୍ୟାସ କରୁ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ଏପରି ଏକ ଅବସ୍ଥାରେ ଉପନୀତ ହେଉ, ଯେଉଁ ଅବସ୍ଥାରେ ଶାସ୍ତ୍ରୋକ୍ତ କଥାଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଉପଲବ୍ଧି ହୁଏ । ଯୁକ୍ତି, ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଓ ଅନୁମାନ ସେଠାକୁ ଆସିପାରେ ନାହିଁ । ସେଠାରେ ଆପ୍ତବାକ୍ୟର ମଧ୍ୟ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟକାରିତା ନାହିଁ । ଏହି ସୂତ୍ରର ଏହା ହିଁ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ । ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିବା ଯଥାର୍ଥ ଧର୍ମ, ତାହା ହିଁ ଧର୍ମର ସାର, ଅବଶିଷ୍ଟ ଯାହା କିଛି—ଯଥା ଧର୍ମବକ୍ତୃତା ଶ୍ରବଣ ଅଥବା ଧର୍ମପୁସ୍ତକ ପାଠ ବା ବିଚାର—କେବଳ ପ୍ରସ୍ତୁତି ମାତ୍ର । ଏହା ପ୍ରକୃତ ଧର୍ମ ନୁହଁ । କେବଳ ବୁଦ୍ଧିଦ୍ୱାରା କୌଣସି ବିଷୟକୁ ଅନୁମୋଦନ କରିବା ବା ନ କରିବା ପ୍ରକୃତ ଧର୍ମ ନୁହେଁ । ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ମୂଳ ଭାବ ହେଉଛି, ଆମେ ଯେପରି ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗ୍ରାହ୍ୟ ବିଷୟର ସାକ୍ଷାତ୍ ସଂସ୍ପର୍ଶ ପରି ଧର୍ମକୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିପାରୁ । କେବଳ ତାହା ନୁହେଁ, ଧର୍ମ ଆହୁରି ଗଭୀରଭାବେ ଅନୁଭୂତ ହୋଇପାରେ । ଈଶ୍ୱର ଆତ୍ମା ପ୍ରଭୃତି ଧର୍ମର ଯେଉଁ ସକଳ ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ ସତ୍ୟ ଅଛି, ବହିରିନ୍ଦ୍ରିୟ ଦ୍ୱାରା ଏଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ହୁଏ ନାହିଁ । ଚକ୍ଷୁଦ୍ୱାରା ମୁଁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଦେଖିବାକୁ ପାଏ ନାହିଁ ବା ହସ୍ତଦ୍ୱାରା ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଏହା ମଧ୍ୟ ଆମେ ଜାଣୁ ଯେ, ବିଚାର ଆମମାନଙ୍କୁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟର ଅତୀତ ପ୍ରଦେଶକୁ ନେଇଯାଇପାରେ ନାହିଁ; ତାହା କେବଳ ଆମମାନଙ୍କୁ ଏକ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅନିଶ୍ଚିତ ପ୍ରଦେଶରେ ରଖିଦେଇ ଚାଲିଯାଏ । ସମସ୍ତ ଜୀବନ ଧରି ଆମେ ବିଚାର କରିପାରୁ । କିନ୍ତୁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ତତ୍ତ୍ୱକୁ ପ୍ରମାଣ ବା ଅପ୍ରମାଣ କରିପାରିବୁ ନାହିଁ । ଏହିପରି ବିଚାର ତ ସହସ୍ର ସହସ୍ର ବର୍ଷ ଧରି ଚାଲିଅଛି । ଆମେ ଯାହା ସାକ୍ଷାତ୍ ଅନୁଭବ କରୁ, କେବଳ ତାହାରି ଭିତ୍ତି ଉପରେ ଯୁକ୍ତି, ବିଚାରାଦି କରିଥାଉ । ଅତଏବ ଏହା ସ୍ପଷ୍ଟ ବୁଝାଯାଉଅଛି ଯେ ଯୁକ୍ତିକୁ କେବଳ ଏହି ବିଷୟାନୁଭୂତିରୂପକ ପରିସର ମଧ୍ୟରେ ଭ୍ରମଣ କରିବାକୁ ହେବ; ଏହା ତାହାର ବାହାରକୁ କେବେହେଲେ ଯାଇ ନ ପାରେ । ସୁତରାଂ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ତତ୍ତ୍ୱାନୁଭୂତିର କ୍ଷେତ୍ର ଇନ୍ଦ୍ରିୟାନୁଭୂତିର ବାହାରେ । ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ମନୁଷ୍ୟ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଜ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଓ ବିଚାରଶକ୍ତି ଉଭୟକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିପାରେ । ନିଜ ବୁଦ୍ଧିକୁ ମଧ୍ୟ ଅତିକ୍ରମ କରିବାର ଶକ୍ତି

ମନୁଷ୍ୟର ଅଛି । ଏହି ଶକ୍ତି ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାଣୀରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜୀବରେ ଅନ୍ତର୍ନିହିତ । ଯୋଗାଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଏହି ଶକ୍ତି ଜାଗ୍ରତ ହୁଏ । ସେତେବେଳେ ମନୁଷ୍ୟ ବିଚାରର ସୀମା ଅତିକ୍ରମ କରି ତର୍କର ଅଗମ୍ୟ ବିଷୟସମୂହ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରେ ।

ତଜ୍ଜଃ ସଂସ୍କାରୋଽନ୍ୟସଂସ୍କାରପ୍ରତିବନ୍ଧୀ ॥୫୦॥

—ଏହି ସମାଧିଜାତ ସଂସ୍କାର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସଂସ୍କାରର ପ୍ରତିବନ୍ଧୀ ହୁଏ, ଅର୍ଥାତ୍ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସଂସ୍କାରକୁ ଆଉ ଆସିବାକୁ ଦିଏ ନାହିଁ ।

ଆମେ ପୂର୍ବ ସୂତ୍ରରେ ଦେଖିଅଛୁ ଯେ, ଏହି ଜ୍ଞାନାତୀତ ଭୂମିକୁ ଯିବାର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ହେଉଛି ଏକାଗ୍ରତା । ଆମେ ଆହୁରି ଦେଖିଅଛୁ, ପୂର୍ବ ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକ ହିଁ କେବଳ ଏହି ଏକାଗ୍ରତା ଲାଭର ପ୍ରତିବନ୍ଧକ । ତୁମେ ସମସ୍ତେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଥିବ ଯେ, ଯେତେବେଳେ ତୁମେମାନେ ମନକୁ ଏକାଗ୍ର କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କର, ସେତେବେଳେ ତୁମ ମନକୁ ନାନାପ୍ରକାର ଚିନ୍ତା ଆସେ । ଯେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଈଶ୍ୱର-ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କର, ଠିକ୍ ସେହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଏହି ସକଳ ସଂସ୍କାର ଜାଗି ଉଠେ । ଅନ୍ୟ ସମୟରେ ଏଗୁଡ଼ିକ ସେତେ ପ୍ରବଳ ନ ଥାନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଦୂର କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କର, ସେତେବେଳେ ସେଗୁଡ଼ିକ ନିଶ୍ଚୟ ଆସିବେ ଏବଂ ତୁମ ମନକୁ ଆଚ୍ଛନ୍ନ କରିଦେବେ । ଏହାର କାରଣ କଅଣ ? ଏକାଗ୍ରତା ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ସମୟରେ ଏଗୁଡ଼ିକ ଏତେ ପ୍ରବଳ ହୁଅନ୍ତି କାହିଁକି ? ଏହାର କାରଣ, ତୁମେ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଦମନ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଅଛ ବୋଲି ଏଗୁଡ଼ିକ ତୁମର ବିରୋଧ କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସମୟରେ କିନ୍ତୁ ସେମାନେ ଏପରି ବଳ ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏହି ଅସଂଖ୍ୟ ପୂର୍ବ ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକ ଚିତ୍ତର କେଉଁ ସ୍ଥାନରେ ଜମା ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି, ତାହା କିଏ କହିବ ! ସେମାନେ ବ୍ୟାଘ୍ର ପରି ଲମ୍ଫ ପ୍ରଦାନ କରି ଆକ୍ରମଣ ପାଇଁ ଯେପରି ସର୍ବଦା ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି । ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଏପରି ପ୍ରତିରୋଧ କରିବାକୁ ହେବ, ଯେପରି ଆମେ ଯେଉଁ ଭାବଟିକୁ ହୃଦୟରେ ରଖିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁ, ସେହି ଭାବଟି କେବଳ ଆସିବ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଭାବଗୁଡ଼ିକ ଚାଲିଯିବ । ମନର ଏକାଗ୍ରତାଶକ୍ତିକୁ ବାଧା ଦେବାର କ୍ଷମତା ସଂସ୍କାରସମୂହର ଅଛି । ସୁତରାଂ ଯେଉଁ ସମାଧିର କଥା ବର୍ତ୍ତମାନ କୁହାଗଲା, ତାହା ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ବିଶେଷ ଆବଶ୍ୟକ, କାରଣ ତାହା ଏହି ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକୁ ଦମନ କରିବାରେ ସମର୍ଥ । ଏପରି ସମାଧି ଅଭ୍ୟାସ କରିବାଦ୍ୱାରା ଯେଉଁ ସଂସ୍କାର ଉତ୍‌ଥିତ ହେବ, ତାହା ଏତେ ପ୍ରବଳ ଯେ, ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସଂସ୍କାରକୁ ତାହା ବଶୀଭୂତ କରିରଖିବ ।

ତସ୍ୟାପି ନିରୋଧେ ସର୍ବନିରୋଧାନ୍ନିର୍ବୀଜଃ ସମାଧିଃ ॥୫୧॥

—(ଅର୍ଥାତ୍ ଯେଉଁ ସଂସ୍କାର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସମସ୍ତ ସଂସ୍କାରକୁ ଅବରୁଦ୍ଧ କରେ) ତାହାକୁ ମଧ୍ୟ ଅବରୋଧ କରିପାରିଲେ ସମୁଦାୟ ନିରୋଧ ହେବାରୁ ନିର୍ବୀଜ ସମାଧି ଲବ୍ଧ ହୁଏ ।

ତୁମମାନଙ୍କର ଅବଶ୍ୟ ସ୍ମରଣ ଥିବ ଯେ ଆମ ଜୀବନର ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଏହି ଆତ୍ମାକୁ ସାକ୍ଷାତ୍ ଉପଲବ୍ଧି କରିବା । ଆମେ ଆତ୍ମାକୁ ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରୁ ନାହୁଁ; କାରଣ ତାହା ପ୍ରକୃତି, ମନ ଓ ଶରୀର ସହିତ ମିଶ୍ରିତ ହୋଇ ରହିଅଛି । ଅଜ୍ଞାନ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ଦେହକୁ ହିଁ ଆତ୍ମା ବୋଲି ମନେ କରନ୍ତି । ଅପେକ୍ଷାକୃତ ପଣ୍ଡିତ ବ୍ୟକ୍ତି ମନକୁ ଆତ୍ମା ବୋଲି ମନେ କରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଉଭୟେ ଭ୍ରାନ୍ତ । ଆତ୍ମା ଏହି ସକଳ ସମାଧି ସହିତ ମିଶ୍ରିତ ହେବେ କିପରି ?

ଚିତ୍ତରେ ନାନା ପ୍ରକାର ତରଙ୍ଗ ଉତ୍‌ଥିତ ହୋଇ ଆତ୍ମାକୁ ଆବୃତ୍ତ କରୁଛି, ତେଣୁ ଆମେ ଏହି ତରଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକର ମଧ୍ୟଦେଇ ଆତ୍ମାର କିଞ୍ଚିତ୍ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ମାତ୍ର ଦେଖିବାକୁ ପାଉ । ଯଦି କ୍ରୋଧରୂପକ ତରଙ୍ଗ ଉତ୍‌ଥିତ ହୁଏ, ତେବେ ଆମେ ଆତ୍ମାକୁ କ୍ରୋଧଯୁକ୍ତ ମନେ କରୁ; କହିଥାଉ ମୁଁ ରୁଷ୍ଟ ହୋଇଛି । ଯଦି ପ୍ରେମର ଗୋଟିଏ ତରଙ୍ଗ ଚିତ୍ତରେ ଉତ୍‌ଥିତ ହୁଏ, ତେବେ ଏହି ତରଙ୍ଗରେ ନିଜକୁ ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ ଦେଖି ମନେ କରୁ, ମୁଁ ଭଲ ପାଉଅଛି । ଯଦି ଦୁର୍ବଳତାରୂପକ ତରଙ୍ଗ ଆସେ ତେବେ ସେଥିରେ ମଧ୍ୟ ଆତ୍ମା ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ମନେ କରନ୍ତି—ମୁଁ ଦୁର୍ବଳ । ଏହି ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକ ଆତ୍ମାର ସ୍ୱରୂପକୁ ଆବୃତ କଲାମାତ୍ରେ ଏହି ସବୁ ବିଭିନ୍ନ ଭାବ ଉଦିତ ହୋଇଥାଏ । ଚିତ୍ତ-ହ୍ରଦରେ ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗୋଟିଏ ମଧ୍ୟ ତରଙ୍ଗ ଥିବ, ସେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆତ୍ମାର ପ୍ରକୃତ ସ୍ୱରୂପ ଅନୁଭୂତ ହେବ ନାହିଁ । ଯେତେ ଦିନ ଯାଏ ସକଳ ତରଙ୍ଗ ଏକାବେଳକେ ଶାନ୍ତ ହୋଇ ନ ଯାଇଛି, ସେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆତ୍ମାର ପ୍ରକୃତ ସ୍ୱରୂପ କେବେହେଲେ ପ୍ରକାଶିତ ହେବ ନାହିଁ । ଏହି କାରଣରୁ ପତଞ୍ଜଳି ପ୍ରଥମରୁ ଶିକ୍ଷା ଦେଇଛନ୍ତି, ଏହି ତରଙ୍ଗରୂପକ ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ କଅଣ ଏବଂ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଦମନ କରିବାର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଉପାୟ କଅଣ । ସେ ଏହା ମଧ୍ୟ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଏକ ବୃହତ୍ ଅଗ୍ନି କ୍ଷୁଦ୍ର ଅଗ୍ନିକୁ ଗ୍ରାସ କଲାପରି, ଗୋଟିଏ ତରଙ୍ଗକୁ ଏପରି ଭାବରେ ଏତେ ପ୍ରବଳ କରାଯାଏ ଯେ ଅନ୍ୟ ତରଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକ ଏକାବେଳକେ ସେଥିରେ ଲୁପ୍ତ ହୋଇଯିବେ । ସେତେବେଳେ ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ତରଙ୍ଗ ଅବଶିଷ୍ଟ ରହିବ, ସେତେବେଳେ ତାକୁ ଦମନ କରିବା ସହଜ ହେବ । ଯେତେବେଳେ ତାହା ମଧ୍ୟ ଚାଲିଯିବ, ସେତେବେଳେ ସେହି ସମାଧିକୁ ନିର୍ବୀଜ ସମାଧି କୁହାଯିବ । ସେତେବେଳେ ଅନ୍ୟ କିଛି ରହିବ ନାହିଁ; ଆତ୍ମା ନିଜ ସ୍ୱରୂପରେ ନିଜ ମହିମାରେ ଅବସ୍ଥାନ କରିବେ । ଆମେ ସେତିକିବେଳେ ଜାଣିପାରିବୁ, ଆତ୍ମା ମିଶ୍ର ବା ଯୌଗିକ ପଦାର୍ଥ ନୁହନ୍ତି; ଆତ୍ମା ଜଗତରେ ଏକମାତ୍ର ନିତ୍ୟ ଅମିଶ୍ର ମୌଳିକ ପଦାର୍ଥ, ସୁତରାଂ ଆତ୍ମାର ଜନ୍ମ ନାହିଁ, ମୃତ୍ୟୁ ନାହିଁ, ଆତ୍ମା ଅମର, ଅବିନଶ୍ୱର, ନିତ୍ୟ, ଚୈତନ୍ୟଘନ ସତ୍ତାସ୍ୱରୂପ ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ଅଧ୍ୟାୟ

ସାଧନପାଦ

ତପଃସ୍ୱାଧ୍ୟାୟେଶ୍ୱରପ୍ରଣିଧାନାନି କ୍ରିୟାଯୋଗଃ ॥୧॥

—ତପସ୍ୟା, ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଶାସ୍ତ୍ରପାଠ ଓ ଈଶ୍ୱରଙ୍କଠାରେ ସମଗ୍ର କର୍ମଫଳ ସମର୍ପଣକୁ 'କ୍ରିୟାଯୋଗ' କହନ୍ତି ।

ପୂର୍ବ ଅଧ୍ୟାୟରେ ଯେଉଁ ସକଳ ସମାଧିର କଥା କୁହାଯାଇଛି, ତାହା ଲାଭ କରିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ କଠିନ; ଅତଏବ ଆମମାନଙ୍କୁ କ୍ରମାନ୍ୱୟରେ ଏହି ସକଳ ସମାଧିଲାଭର ଚେଷ୍ଟା କରିବାକୁ ହେବ । ଏହାର ପ୍ରଥମ ସୋପାନକୁ କ୍ରିୟାଯୋଗ କହନ୍ତି । ଏହି ଶବ୍ଦର ଆକ୍ଷରିକ ଅର୍ଥ କର୍ମଦ୍ୱାରା ଯୋଗମାର୍ଗରେ ଅଗ୍ରସର ହେବା । ଆମର ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ ଯେପରି ଅଶ୍ୱ, ମନ ସେମାନଙ୍କର ଲଗାମ୍, ବୁଦ୍ଧି ସାରଥି, ଆତ୍ମା ସେହି ରଥର ଆରୋହୀ ଓ ଏହି ଶରୀର ରଥସ୍ୱରୂପ ।* ମନୁଷ୍ୟର ଆତ୍ମା ହିଁ ଗୃହସ୍ୱାମୀ, ରାଜା ହୋଇ ଏହି ରଥରେ ବସିଅଛନ୍ତି । ଅଶ୍ୱଗଣ ଯଦି ଅତି ପ୍ରବଳ ହୁଅନ୍ତି, ଲଗାମ୍‌ଦ୍ୱାରା ସଂଯତ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ; ପୁଣି ଯଦି ବୁଦ୍ଧିରୂପକ ସାରଥି ଏହି ଅଶ୍ୱଗଣଙ୍କୁ କିପରି ସଂଯତ କରିବାକୁ ହେବ ତାହା ନ ଜାଣେ, ଘୋର ବିପଦ ଉପସ୍ଥିତ ହେବ । ପକ୍ଷାନ୍ତରେ ଯଦି ଇନ୍ଦ୍ରିୟରୂପକ ଅଶ୍ୱଗଣ ସଂଯତ ଥାଆନ୍ତି, ଆଉ ମନରୂପକ ଲଗାମ୍ ବୁଦ୍ଧିରୂପକ ସାରଥିଙ୍କ ହସ୍ତରେ ଦୃଢ଼ଭାବେ ରହିଥାଏ, ତେବେ ରଥ ତାହାର ଗନ୍ତବ୍ୟ ସ୍ଥାନରେ ଠିକ୍ ପହଞ୍ଚିଯିବ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହି 'ତପସ୍ୟା' ଶବ୍ଦର ଅର୍ଥ କ'ଣ ? 'ତପସ୍ୟା' ଶବ୍ଦର ଅର୍ଥ ଏହି ଶରୀର ଓ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣଙ୍କୁ ଚାଳନା କରିବା ସମୟରେ ଖୁବ୍ ଦୃଢ଼ଭାବରେ ତାଙ୍କୁ ଧରିରଖିବା, ସେମାନଙ୍କୁ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ନ ଦେଇ ନିଜ ବଶରେ ରଖିବା ।

ପାଠ ବା ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପାଠ ଅର୍ଥରେ ଆମେ କଅଣ ବୁଝିବୁ ? ତାହା ନାଟକ, ଉପନ୍ୟାସ ବା ଗଳ୍ପ ବହି ପଢ଼ିବା ନୁହେଁ, ବରଂ ଯେଉଁ ସକଳ ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଆତ୍ମାର ମୁକ୍ତିବିଷୟକ ଉପଦେଶ ଓ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଅଛି, ସେହି ସକଳ ଗ୍ରନ୍ଥପାଠ । ପୁନଶ୍ଚ 'ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ' କହିଲେ ବିତର୍କମୂଳକ ପୁସ୍ତକପାଠ ଆଦୌ ବୁଝାଏ ନାହିଁ । ବୁଝିବାକୁ ହେବ ଯୋଗୀ ବିତର୍କ ମୂଳକ ପାଠ ଓ ଆଲୋଚନା ଶେଷ କରିଛନ୍ତି; ସେ ତୃପ୍ତ, ସେଥିରେ ଆଉ ତାଙ୍କର ରୁଚି ନାହିଁ । ସେ କେବଳ ତାଙ୍କର ଧାରଣାଗୁଡ଼ିକୁ ଦୃଢ଼ କରିବା ପାଇଁ ପାଠ କରନ୍ତି । ଦୁଇ ପ୍ରକାର ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ଜ୍ଞାନ ଅଛି: 'ବାଦ' (ଯାହା ତର୍କ ଯୁକ୍ତି ଓ ବିଚାରାତ୍ମକ) ଓ 'ସିଦ୍ଧାନ୍ତ' (ମୀମାଂସାତ୍ମକ) । ଅଜ୍ଞାନାବସ୍ଥାରେ ମନୁଷ୍ୟ ପ୍ରଥମୋକ୍ତ ଜ୍ଞାନାନୁଶୀଳନରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହୁଏ; ତାହା ତର୍କଯୁଦ୍ଧ-ସ୍ୱରୂପ—ପ୍ରତ୍ୟେକ ବିଷୟରେ ସ୍ୱପକ୍ଷ ବିପକ୍ଷ ଦେଖି ବିଚାର କରିବା; ଏହି ବିଚାର ଶେଷ ହେଲେ ଯାଇ ସେ କୌଣସି ଏକ ମୀମାଂସାରେ ଉପନୀତ ହୁଅନ୍ତି । କିନ୍ତୁ କେବଳ ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଉପନୀତ ହେଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ଏହି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ବିଷୟରେ ମନର ଧାରଣା ପ୍ରଦୃଢ଼ କରିବାକୁ ହେବ । ଶାସ୍ତ୍ର ଅନନ୍ତ, ସମୟ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ, ଅତଏବ ସକଳ ବସ୍ତୁର ସାରଭାଗ ଗ୍ରହଣ କରିବା ହିଁ

---

* ତୁଳନୀୟ : କଠଉପ. ୧ । ୩ । ୩-୪

ଜ୍ଞାନଲାଭର ଗୋପନ ରହସ୍ୟ । ସାର ଟିକକ ନେଇ ଏହି ଉପଦେଶାନୁଯାୟୀ ଜୀବନଯାପନ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କର । ଭାରତବର୍ଷରେ ପ୍ରାଚୀନ କାଳରୁ ଗୋଟିଏ ପ୍ରବାଦ* ପ୍ରଚଳିତ ଅଛି—ଯଦି ତୁମେ କୌଣସି ରାଜହଂସ ସମ୍ମୁଖରେ ଏକପାତ୍ର ଜଳମିଶ୍ରିତ ଦୁଗ୍ଧ ଧର, ତେବେ ସେ ଦୁଗ୍ଧ ଟିକକ ପାନ କରିବ, ମାତ୍ର ଜଳତକ ପଡ଼ି ରହିବ । ଏହିପରି ଜ୍ଞାନର ଯେଉଁ ଯେଉଁ ଅଂଶ ପ୍ରୟୋଜନୀୟ କେବଳ ସେତିକି ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହେବ । ପ୍ରଥମ ଅବସ୍ଥାରେ କିନ୍ତୁ ବୁଦ୍ଧିର ବ୍ୟାୟାମ ଆବଶ୍ୟକ । ଅନ୍ଧ ଭାବରେ କିଛି ଗ୍ରହଣ କଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ । ଯୋଗୀ ଏହି ତର୍କଯୁକ୍ତିର ଅବସ୍ଥା ଅତିକ୍ରମ କରି ଗୋଟିଏ ଦୃଢ଼ ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଉପନୀତ ହୋଇଅଛନ୍ତି । ତାଙ୍କର ଏକମାତ୍ର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ, ଏହି ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଆହୁରି ଦୃଢ଼ ହେବା । ସେ କହିବେ, ବିଚାର କର ନାହିଁ; ଯଦି କେହି ତୁମ ସହିତ ତର୍କ କରିବା ପାଇଁ ଆସେ, ତୁମେ ତର୍କ ନ କରି ଚୁପ୍ ହୋଇ ରହିବ । କୌଣସି ତର୍କର ଉତ୍ତର ନ ଦେଇ ଶାନ୍ତ ଭାବେ ସେଠାରୁ ଚାଲିଯିବ; କାରଣ ତର୍କ କେବଳ ମନକୁ ଚଞ୍ଚଳ କରେ । ତର୍କର ପ୍ରୟୋଜନ କେବଳ ବୁଦ୍ଧିର ଅନୁଶୀଳନ ପାଇଁ; ଅଯଥା ବୁଦ୍ଧିକୁ ଚଞ୍ଚଳ କରିବାର ପ୍ରୟୋଜନ କଅଣ ? ବୁଦ୍ଧି ଗୋଟିଏ ଦୁର୍ବଳ ଯନ୍ତ୍ରମାତ୍ର, ତାହା ଆମମାନଙ୍କୁ କେବଳ ଇନ୍ଦ୍ରିୟବିଷୟକ ଜ୍ଞାନ ଦେଇପାରେ । ଯୋଗୀ ଚାହାଁନ୍ତି ଇନ୍ଦ୍ରିୟାତୀତ ଅନୁଭୂତିର ରାଜ୍ୟକୁ ଯିବା ପାଇଁ; ସୁତରାଂ ତାଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ବୁଦ୍ଧି ଚାଳନାର କୌଣସି ପ୍ରୟୋଜନ ନାହିଁ । ଏ ବିଷୟରେ ସେ ଦୃଢ଼ନିଶ୍ଚୟ ହୋଇଛନ୍ତି; ସୁତରାଂ ସେ ତର୍କ କରନ୍ତି ନାହିଁ, ମୌନ ଅବଲମ୍ବନ କରନ୍ତି । ତର୍କ କଲେ ମନର ସାମ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ, ଚିତ୍ତରେ ଚାଞ୍ଚଲ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ, ତେଣୁ ଏହା ଏକ ବିଘ୍ନମାତ୍ର । ତର୍କ ଓ ଯୁକ୍ତି କେବଳ ଆମ ଗନ୍ତବ୍ୟ ପଥରେ ଆସି ଉପସ୍ଥିତ ହୁଏ । ଏହି ତର୍କ ଯୁକ୍ତିର ଅତୀତ ରାଜ୍ୟରେ ଉଚ୍ଚତର ତତ୍ତ୍ୱ ସମୂହ ରହିଅଛି । ସମଗ୍ର ଜୀବନଟା କେବଳ ବିଦ୍ୟାଳୟର ବାଳକ ପରି ବିବାଦ କରିବା ବା ବିତର୍କ ସମିତିରେ ଦିନ କଟାଇବା ପାଇଁ ନୁହେଁ ।

ଈଶ୍ୱରଙ୍କଠାରେ କର୍ମଫଳ ସମର୍ପଣର ଅର୍ଥ ନିଜ କର୍ମ ପାଇଁ କୌଣସି ପ୍ରଶଂସା ବା ନିନ୍ଦାଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ନ ହୋଇ ଉଭୟକୁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କଠାରେ ସମର୍ପଣ କରି ଶାନ୍ତିରେ ଅବସ୍ଥାନ କରିବା ।

ସମାଧି–ଭାବନାର୍ଥଃ କ୍ଲେଶତନୁକରଣାର୍ଥଶ୍ଚ ॥୨॥

—ଏହି କ୍ରିୟାଯୋଗର ପ୍ରୟୋଜନ ସମାଧି-ଅଭ୍ୟାସକୁ ସୁବିଧା କରିଦେବା ଏବଂ କ୍ଲେଶଜନକ ବିଘ୍ନସମୂହକୁ କ୍ଷୀଣ କରିବା ।

ଆମେ ମନକୁ ଏକ ଦୁଷ୍ଟ ପିଲା ପରି କରିପକାଇଅଛୁ । ସେ ଯାହା ଚାହେଁ, ତାହା ହିଁ ଦେଇଥାଉ । ଏଥିପାଇଁ ସର୍ବଦା କ୍ରିୟାଯୋଗର ଅଭ୍ୟାସ ଆବଶ୍ୟକ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ମନକୁ ସଂଯତ କରି ନିଜର ବଶୀଭୂତ କରାଯାଏ । ଏହି ସଂଯମର ଅଭାବରୁ ଯୋଗରେ ବିଘ୍ନ ଉପସ୍ଥିତ ହୋଇଥାଏ ଓ ସେଥିରୁ ହିଁ କ୍ଲେଶର ଉତ୍ପତ୍ତି । ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଦୂର କରିବାର ଉପାୟ—କ୍ରିୟାଯୋଗଦ୍ୱାରା ମନକୁ ବଶୀଭୂତ କରିବା, ମନକୁ ତା'ର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ନ ଦେବା ।

---

* ଅନନ୍ତପାରଂ କିଳଶବ୍ଦଶାସ୍ତ୍ରଂ ସ୍ୱଳ୍ପଂ ତଥାୟୁର୍ବହବଶ୍ଚ ବିଘ୍ନାଃ ।
ସାରଂ ତତୋ ଗ୍ରାହ୍ୟମପାସ୍ୟ ଫଲ୍‌ଗୁ ହଂସୈର୍ଯଥା କ୍ଷୀରମିବାମ୍ବୁମଧ୍ୟାତ୍ ॥
—ପଞ୍ଚତନ୍ତ୍ରମ୍

ଅବିଦ୍ୟାସ୍ମିତା–ରାଗ–ଦ୍ୱେଷାଭିନିବେଶାଃ ପଞ୍ଚକ୍ଲେଶାଃ ॥୩॥

—ଅବିଦ୍ୟା, ଅସ୍ମିତା, ରାଗ, ଦ୍ୱେଷ ଓ ଅଭିନିବେଶ (ଜୀବନ ପ୍ରତି ଆସକ୍ତି)— ଏହିସବୁ ପଞ୍ଚକ୍ଲେଶ ।

ଏସବୁ ହେଲେ ପଞ୍ଚକ୍ଲେଶ । ଏମାନେ ପଞ୍ଚବନ୍ଧନରୂପେ ଆମମାନଙ୍କୁ ବଦ୍ଧ କରି ରଖନ୍ତି । ଅବିଦ୍ୟା ହେଉଛି କାରଣ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଚାରୋଟି ଏହାର ଫଳ । ଅବିଦ୍ୟା ଆମମାନଙ୍କର ଦୁଃଖର ଏକମାତ୍ର କାରଣ । ଆତ୍ମା ନିତ୍ୟ ଆନନ୍ଦସ୍ୱରୂପ; ଆତ୍ମାକୁ ଅଜ୍ଞାନ, ଭ୍ରମ ବା ମାୟା ବ୍ୟତୀତ ଆଉ କେଉଁ ବସ୍ତୁ ଦୁଃଖି କରିପାରେ ? ଆତ୍ମାର ସମସ୍ତ ଦୁଃଖ କେବଳ ଭ୍ରମମାତ୍ର ।

ଅବିଦ୍ୟା କ୍ଷେତ୍ରମୁତ୍ତରେଷାଂ ପ୍ରସୁପ୍ତ–ତନୁ–ବିଚ୍ଛିନ୍ନୋଦାରାଣାମ୍ ॥୪॥

—ଅବିଦ୍ୟା ହିଁ ପରବର୍ତ୍ତୀଗୁଡ଼ିକର ଉତ୍ପାଦକ କ୍ଷେତ୍ରସ୍ୱରୂପ ଏଗୁଡ଼ିକ କେବେ ଲୀନ (ସୁପ୍ତ) ଭାବେ, କେବେ ସୂକ୍ଷ୍ମଭାବେ, କେବେ ଅନ୍ୟ ବୃତ୍ତିଦ୍ୱାରା ବିଚ୍ଛିନ୍ନଭାବେ ଅର୍ଥାତ୍ ଅଭିଭୂତ ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି କିମ୍ବା କେତେବେଳେ ପ୍ରକାଶିତ (ବିସ୍ତାରିତ) ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି ।

ଅବିଦ୍ୟା ହିଁ ଅସ୍ମିତା, ରାଗ, ଦ୍ୱେଷ ଓ ଅଭିନିବେଶର (ଜୀବନ ପ୍ରତି ଆସକ୍ତିର) କାରଣ । ଏହି ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକ ବିଭିନ୍ନ ଲୋକଙ୍କ ମନରେ ବିଭିନ୍ନ ଅବସ୍ଥାରେ ଥାଏ । ଏଗୁଡ଼ିକ ସାଧାରଣଭାବେ 'ସୁପ୍ତ' ଅବସ୍ଥାରେ ଥାଆନ୍ତି । ତୁମେମାନେ ଅନେକ ସମୟରେ 'ଶିଶୁତୁଲ୍ୟ ନିରୀହ' ଏପରି କଥା ଶୁଣିଥାଅ; କିନ୍ତୁ ଏହି ଶିଶୁ ଭିତରେ ହୁଏତ ଦେବତା ବା ଅସୁରର ଭାବ ରହଅଛି, ଯାହା କ୍ରମଶଃ ପ୍ରକାଶ ପାଇବ । ଯୋଗୀ ହୃଦୟରେ ପୂର୍ବ କର୍ମର ଫଳସ୍ୱରୂପ ଏହି ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକ 'ତନୁ' (ସୂକ୍ଷ୍ମ) ଭାବେ ଥାଏ । ଏହାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ଏହି, ଏଗୁଡ଼ିକ ଖୁବ୍ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଅବସ୍ଥାରେ ଥାଆନ୍ତି । ଯୋଗୀ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଦମନ କରି ରଖନ୍ତି, ଯେପରିକି ସେଗୁଡ଼ିକ ବ୍ୟକ୍ତ ହୋଇ ନ ପାରନ୍ତି । ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ଅବସ୍ଥାରେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ପ୍ରବଳ ସଂସ୍କାର ଅନ୍ୟ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ସଂସ୍କାରକୁ କିଛିକାଳ ପାଇଁ ଅଭିଭୂତ ବା ଆଚ୍ଛନ୍ନ କରି ରଖନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ଏ କାରଣଗୁଡ଼ିକ ଚାଲିଗଲେ, ପୁନଶ୍ଚ ଅନ୍ୟ ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଅନ୍ତି । ଏହି ଶେଷ ଅବସ୍ଥାଟିର ନାମ 'ଉଦାର' (ବିସ୍ତୃତ) । ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକ ଅନୁକୂଳ ପରିବେଶ ପାଇ ଶୁଭ ବା ଅଶୁଭରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତି ।

ଅନିତ୍ୟାଶୁଚିଦୁଃଖାନାତ୍ମସୁ ନିତ୍ୟ–ଶୁଚି–ସୁଖାତ୍ମଖ୍ୟାତିରବିଦ୍ୟା ॥୫॥

—ଅନିତ୍ୟ, ଅପବିତ୍ର, ଦୁଃଖକର ଓ ଅନାତ୍ମବସ୍ତୁରେ ଯେଉଁ ନିତ୍ୟ, ଶୁଚି, ସୁଖକର ଓ ଆତ୍ମାର ଭ୍ରମ ହୁଏ, ତାହାକୁ 'ଅବିଦ୍ୟା' କହନ୍ତି ।

ଏହି ସମୁଦାୟ ସଂସ୍କାରର ଏକମାତ୍ର କାରଣ ଅବିଦ୍ୟା । ଆମମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଥମେ ଜାଣିବାକୁ ହେବ ଯେ, ଏହି ଅବିଦ୍ୟା କଅଣ ? ଆମେ ସମସ୍ତେ ନିତ୍ୟ, ଶୁଦ୍ଧ, ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ, ନିତ୍ୟ, ଆନନ୍ଦ ଆତ୍ମସ୍ୱରୂପକୁ ଭୁଲି ମନେକରୁ 'ମୁଁ ଶରୀର'—ଏହା ହିଁ ଅବିଦ୍ୟା । ଆମେ ମନୁଷ୍ୟକୁ ଶରୀର ବୋଲି ଭାବୁ, ଏହା କେବଳ ଭ୍ରମ ମାତ୍ର ।

ଦୃଗ୍‌ଦର୍ଶନଶକ୍ତ୍ୟୋରେକାତ୍ମତୈବାସ୍ମିତା ॥୬॥

—ଦ୍ରଷ୍ଟା ଓ ଦର୍ଶନଶକ୍ତିର ଏକାତ୍ମଭାବ ହେଉଛି ଅସ୍ମିତା ।

ଆତ୍ମା ହିଁ ଯଥାର୍ଥ 'ଦ୍ରଷ୍ଟା', ସେ ଶୁଦ୍ଧ, ନିତ୍ୟ, ପବିତ୍ର, ଅନନ୍ତ ଓ ଅମର । ତେବେ, 'ଦର୍ଶନଶକ୍ତି' ଅର୍ଥାତ୍ ତାହାର ବ୍ୟବହାର୍ଯ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକ କଅଣ ? ଚିତ୍ତ, ବୁଦ୍ଧି ଅର୍ଥାତ୍ ନିଶ୍ଚୟାତ୍ମିକା ବୃତ୍ତି ମନ ଓ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ—ଏଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛନ୍ତି ଆତ୍ମାର ଯନ୍ତ୍ରତୁଲ୍ୟ । ଏଗୁଡ଼ିକ ଆତ୍ମାର ବାହ୍ୟ

ଜଗତ ଦେଖିବାର ଯନ୍ତ୍ରସ୍ୱରୂପ । ଆତ୍ମା ସହିତ ଏଗୁଡ଼ିକର ଐକ୍ୟଭାବକୁ ଅସ୍ମିତାରୂପକ ଅବିଦ୍ୟା କହନ୍ତି । ଆମେ କହିଥାଉ, 'ମୁଁ ଚିତ୍ତ', 'ମୁଁ ଚିନ୍ତା କରୁଛି', 'ମୁଁ ରୁଷ୍ଟ ହୋଇଅଛି', ଅଥବା 'ମୁଁ ସୁଖୀ' । କିନ୍ତୁ କିପରି ଆମେ ରୁଷ୍ଟ ହେବୁ କିମ୍ବା କାହାକୁ ଘୃଣା କରିବୁ ? ଆତ୍ମା ସହିତ ନିଜକୁ ଅଭେଦ ବୋଲି ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ଆତ୍ମାର କୌଣସି ପରିଣାମ ହୁଏ ନାହିଁ । ଆତ୍ମା ଯଦି ଅପରିଣାମୀ ହୁଅନ୍ତି, ତେବେ ସେ କିପରି ସୁଖୀ କିମ୍ବା ଦୁଃଖୀ ହୋଇପାରନ୍ତି ? ସେ ନିରାକାର, ଅନନ୍ତ ଓ ସର୍ବବ୍ୟାପୀ । କିଏ ତାହାଙ୍କୁ ପରିବର୍ତ୍ତିତ କରିପାରିବ ? ଆତ୍ମା ସର୍ବବିଧ ନିୟମର ଅତୀତ । କିଏ ତାହାଙ୍କୁ ବିକୃତ କରିପାରିବ ? ଜଗତର କୌଣସି ବସ୍ତୁ ଆତ୍ମା ଉପରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ତଥାପି ଆମେ ଅଜ୍ଞତାବଶତଃ ନିଜକୁ ମନୋବୃତ୍ତି ସହିତ ଏକୀଭୂତ କରିପକାଉ ଏବଂ ମନେକରୁ ଯେ ଆମେ ସୁଖ ବା ଦୁଃଖ ଅନୁଭବ କରୁଛୁ ।

ସୁଖାନୁଶୟୀ ରାଗଃ ॥୭॥

—ଯେଉଁ ମନୋବୃତ୍ତି କେବଳ ସୁଖକର ପଦାର୍ଥ ଉପରେ ଅବସ୍ଥିତ ହେବାକୁ ଚାହେଁ, ତାହାକୁ ରାଗ କହନ୍ତି ।

ଆମେ ଯେଉଁସବୁ ବିଷୟରେ ସୁଖ ପାଉଥାଉ, ସେହିସବୁ ବିଷୟ ଦିଗକୁ ଆମ ମନ ଗୋଟିଏ ପ୍ରବାହ ପରି ଚାଳିତ ହୁଏ । ସୁଖ ଦିଗକୁ ଧାବମାନ ଆମମାନଙ୍କ ମନର ଏହି ପ୍ରବାହକୁ 'ରାଗ' ବା 'ଆସକ୍ତି' କହନ୍ତି । ଆମେ ଯେଉଁଥିରେ ସୁଖ ପାଉ ନାହୁଁ, ସେପରି କୌଣସି ବିଷୟ ପ୍ରତି ଆମେ କେବେହେଲେ ଆକୃଷ୍ଟ ହେଉ ନାହୁଁ । ଅନେକ ସମୟରେ ଆମେ ନାନା ପ୍ରକାର ଅଦ୍ଭୁତ ବିଷୟକୁ ସୁଖ ପାଇଥାଉ; କିନ୍ତୁ ଯାହା ହେଉନା କାହିଁକି, ରାଗର ଯେଉଁ ଲକ୍ଷଣ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଗଲା, ତାହା ସର୍ବତ୍ର ପ୍ରଯୋଜ୍ୟ । ଆମେ ଯେଉଁଠି ସୁଖ ପାଉ ସେଥିପ୍ରତି ଆକୃଷ୍ଟ ହୋଇଥାଉ ।

ଦୁଃଖାନୁଶୟୀ ଦ୍ୱେଷଃ ॥୮॥

—ଦୁଃଖକର ପଦାର୍ଥ ଉପରେ ଅବସ୍ଥାନକାରୀ ଅନ୍ତଃକରଣବୃତ୍ତିବିଶେଷକୁ ଦ୍ୱେଷ କହନ୍ତି ।

ଯେଉଁ ବିଷୟରୁ ଆମେ ଦୁଃଖ ପାଉ, ତାହାକୁ ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ତ୍ୟାଗ କରିବା ପାଇଁ ଆମେ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଉ ।

ସ୍ୱରସବାହୀ ବିଦୁଷୋଽପି ତଥାରୂଢ଼ୋଽଭିନିବେଶଃ ॥୯॥

—(ଯେଉଁ ସ୍ମୃତି) ପୂର୍ବ ପୂର୍ବ ମରଣାନୁଭବରୁ ସ୍ୱଭାବତଃ ପ୍ରବାହିତ ଓ ଯାହା ପଣ୍ଡିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଠାରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ, ତାହା ହିଁ ଅଭିନିବେଶ ଅର୍ଥାତ୍ ଜୀବନ ପ୍ରତି ମମତା ।

ଜୀବନ ପ୍ରତି ମମତା ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜୀବର ଅଛି । ଏହି ଅନୁଭୂତି ଉପରେ ପରଜନ୍ମ-ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ମତ ସ୍ଥାପନ କରିବା ପାଇଁ ଅନେକ ଚେଷ୍ଟା ହୋଇଅଛି । ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନକୁ ଏତେ ଅଧିକ ଭଲ ପାଏ ବୋଲି ଭବିଷ୍ୟତରେ ମଧ୍ୟ ସେ ଜୀବନର ଆକାଙ୍‌କ୍ଷା କରେ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଯୁକ୍ତିର ବିଶେଷ କୌଣସି ମୂଲ୍ୟ ନାହିଁ । ତେବେ ଏଥିରେ ସର୍ବାପେକ୍ଷା ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଜନକ କଥା ହେଉଛି, ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ମତରେ ଏହି ଜୀବନ ପ୍ରତି ମମତା ହେତୁ ଯେଉଁ ଭବିଷ୍ୟତ ଜୀବନର ସମ୍ଭାବନା ସୂଚିତ ହୋଇଥାଏ, ତାହା କେବଳ ମନୁଷ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ପ୍ରଯୋଜ୍ୟ, ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଜନ୍ତୁଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ନୁହେଁ । ଭାରତବର୍ଷରେ ଜୀବନ ପ୍ରତି ଏହି ମମତା ହିଁ ପୂର୍ବସଂସ୍କାର ଓ ପୂର୍ବଜୀବନ ପ୍ରମାଣ କରିବାର ଅନ୍ୟତମ ଯୁକ୍ତି । ମନେକର, ଯଦି ସମୁଦାୟ ଜ୍ଞାନ ଆମମାନଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭୂତିରୁ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ, ତେବେ ଏହା ନିଶ୍ଚୟ ଯେ, ଆମେ ଯାହା କେବେହେଲେ

ପ୍ରତ୍ୟେକ୍ଷ ଅନୁଭବ କରିନାହିଁ, ସେ ବିଷୟରେ କୌଣସି କଳ୍ପନା କରିପାରିବୁ ନାହିଁ ବା ବୁଝିପାରିବୁ ନାହିଁ। କୁକ୍କୁଟଶାବକଗଣ ଅଣ୍ଡାରୁ ଫୁଟିବା ମାତ୍ରେ ଖାଦ୍ୟ ଖୁଣ୍ଟି ଖାଇବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି। ଅନେକ ସମୟରେ ଏପରି ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ଯେ, ଯେତେବେଳେ କୁକ୍କୁଟୀ ହଂସ ଅଣ୍ଡା ଫୁଟାଏ, ସେତେବେଳେ ହଂସଶାବକ ଅଣ୍ଡାରୁ ବାହାରିବା ମାତ୍ରେ ପାଣି ନିକଟକୁ ଚାଲିଯାଏ। କୁକ୍କୁଟୀ ମନେ କରେ, ଶାବକଟି ବୋଧହୁଏ ପାଣିରେ ବୁଡ଼ିଯିବ। ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅଭିଜ୍ଞତା ହିଁ ଯଦି ଜ୍ଞାନର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ହୁଏ, ତା'ହେଲେ କୁକ୍କୁଟଶାବକଗୁଡ଼ିକ କିପରି ଖାଦ୍ୟ ଖୁଣ୍ଟିବାକୁ ଶିଖିଲେ ଅଥବା ହଂସଶାବକଗୁଡ଼ିକ କିପରି ଶିଖିଲେ ଯେ ଜଳ ତାଙ୍କର ସ୍ୱାଭାବିକ ସ୍ଥାନ? ଯଦି କହ ଏହା ସହଜାତ ଜ୍ଞାନ (instinct), ତା'ହେଲେ କେବଳ ଗୋଟିଏ ଶବ୍ଦ ପ୍ରୟୋଗ କରାହେଲା, କୌଣସି ବ୍ୟାଖ୍ୟା ହେଲା ନାହିଁ। ଏହି ସହଜାତ ଜ୍ଞାନ କଅଣ? ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତସ୍ୱରୂପ ଆପଣମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅନେକ ମହିଳା ପିଆନୋ ବଜାଇଥାନ୍ତି; ଆପଣମାନଙ୍କର ଅବଶ୍ୟ ସ୍ମରଣ ଥାଇପାରେ, ଯେତେବେଳେ ଆପଣମାନେ ତାହା ପ୍ରଥମେ ଶିକ୍ଷା କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲେ, ସେତେବେଳେ ଆପଣମାନଙ୍କୁ ଶ୍ୱେତକୃଷ୍ଣ ଉଭୟ ପ୍ରକାର ପର୍ଦ୍ଦାରେ (keys) ଯତ୍ନ ସହିତ ଗୋଟିଏ ପରେ ଗୋଟିଏ ଅଙ୍ଗୁଳି ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ହେଉଥିଲା। କିନ୍ତୁ ଅନେକ ବର୍ଷର ଅଭ୍ୟାସ ଫଳରେ ହୁଏତ ବର୍ତ୍ତମାନ ଆପଣମାନେ କୌଣସି ବନ୍ଧୁଙ୍କ ସହିତ କଥା କହୁ କହୁ ପିଆନୋ ଆପେ ଆପେ ବଜାଇପାରୁଛନ୍ତି। ତାହା ବର୍ତ୍ତମାନ ଆପଣମାନଙ୍କର ସହଜାତଜ୍ଞାନରେ ପରିଣତ ହୋଇଅଛି, ଅର୍ଥାତ୍ ସ୍ୱାଭାବିକ ହୋଇ ଯାଇଛି। ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିଷୟରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ନିୟମ ପ୍ରଯୋଜ୍ୟ ହେବ। ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ଯେ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ ସ୍ୱାଭାବିକ ହୋଇଯାଏ। କିନ୍ତୁ ଆମେ ଯେତେଦୂର ଜାଣୁ, ବର୍ତ୍ତମାନ ଯେଉଁ କ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକୁ ଆମେ ସ୍ୱାଭାବିକ କହୁ, ସେଗୁଡ଼ିକ ପୂର୍ବେ ବିଚାର ସହିତ କରିବାକୁ ପଡୁଥିଲା। ଯୋଗୀମାନଙ୍କ ମତରେ ସହଜାତ ଜ୍ଞାନ ଯୁକ୍ତି-ବିଚାରର କ୍ରମସଙ୍କୁଚିତ ଅବସ୍ଥାମାତ୍ର। ବିଚାରଜନିତ ଜ୍ଞାନ ସଙ୍କୁଚିତ ହୋଇ ସ୍ୱାଭାବିକ ସହଜାତ ଜ୍ଞାନ ବା ସଂସ୍କାରରେ ପରିଣତ ହୁଏ। ଅତଏବ ଆମେ ଯାହାକୁ ସହଜାତ ଜ୍ଞାନ କହୁ, ତାହା ଯେ ବିଚାରଜନିତ ଜ୍ଞାନର ସଙ୍କୁଚିତ ଅବସ୍ଥା ମାତ୍ର, ଏପରି ଚିନ୍ତା କରିବା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୁକ୍ତିସଙ୍ଗତ। ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅଭିଜ୍ଞତା ବ୍ୟତୀତ ଯୁକ୍ତିବିଚାର ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ, ସୁତରାଂ ସମୁଦାୟ ସହଜାତ ଜ୍ଞାନ ହିଁ ପୂର୍ବ ଅଭିଜ୍ଞତାର ଫଳ। କୁକ୍କୁଟଗଣ ଛଞ୍ଚାଣପକ୍ଷୀକୁ ଭୟ କରନ୍ତି। ହଂସଶାବକଗଣ ଜଳରେ ରହିବାକୁ ଭଲପାଆନ୍ତି, ଉଭୟ ପୂର୍ବ ଅଭିଜ୍ଞତାର ଫଳ। ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରଶ୍ନ: ଏହି ଅନୁଭୂତି ଜୀବାତ୍ମାର ଅଥବା କେବଳ ଶରୀରର? ହଂସ ବର୍ତ୍ତମାନ ଯାହା ଅନୁଭବ କରୁଅଛି, ତାହା କେବଳ ଏହି ହଂସର ପୂର୍ବପୁରୁଷଗଣଙ୍କର ଅଭିଜ୍ଞତାରୁ ଆସୁଅଛି, ନା ତାହା ହଂସର ନିଜର ଅଭିଜ୍ଞତା? ଆଧୁନିକ ବୈଜ୍ଞାନିକଗଣ କହନ୍ତି, ତାହା କେବଳ ତାର ଶରୀରର ଧର୍ମ। କିନ୍ତୁ ଯୋଗୀଗଣ କହନ୍ତି, ତାହା ମନର ଅନୁଭୂତି ମାତ୍ର, ଯାହା ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଦେଇ ସଞ୍ଚାଳିତ ହେଉଅଛି। ଏହାକୁ ପୂର୍ବଜନ୍ମବାଦ କହନ୍ତି।

ଆମେମାନେ ପୂର୍ବେ ଦେଖିଅଛୁ, ଆମମାନଙ୍କର ସମୁଦାୟ ଜ୍ଞାନ—ଯେଉଁଗୁଡ଼ିକୁ ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ, ବିଚାରଜନିତ ବା ସହଜାତ ଜ୍ଞାନ ବୋଲି କହୁ—ସେସବୁ ଜ୍ଞାନର ଏକ ମାତ୍ର ପ୍ରଣାଳୀ ଅଭିଜ୍ଞତା ଭିତର ଦେଇ କେବଳ ଆସିପାରେ। ଆଉ ଯାହାକୁ ଆମେ ସହଜାତ ଜ୍ଞାନ

ବୋଲି କହୁ, ତାହା ଆମମାନଙ୍କର ପୂର୍ବ ଅଭିଜ୍ଞତାର ଫଳ, ଯାହା ବର୍ତ୍ତମାନ ନିମ୍ନସ୍ତରକୁ ଓହ୍ଲାଇ ସହଜାତ ଜ୍ଞାନରେ ପରିଣତ ହୋଇଅଛି । ସେହି ସହଜାତଜ୍ଞାନ ପୁଣି ବିଚାରଜନିତ ଜ୍ଞାନକୁ ଉନ୍ନୀତ ହୋଇଥାଏ । ସମଗ୍ର ଜଗତରେ ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ଚାଲୁଅଛି । ଏହାରି ଉପରେ ଆମ ପୂର୍ବଜନ୍ମବାଦର ଏକ ପ୍ରଧାନ ଯୁକ୍ତି ସ୍ଥାପିତ ହୋଇଅଛି । ପୁନଃପୁନଃ ଅନୁଭୂତ ନାନାବିଧ ଭୟର ସଂସ୍କାର କାଳକ୍ରମେ ଜୀବନ ପ୍ରତି ମମତାରେ ପରିଣତ ହୋଇଅଛି । ଏହି କାରଣରୁ ବାଳକ ଅତି ବାଲ୍ୟକାଳରୁ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ଭୟ ପାଇଥାଏ, କାରଣ ତା ମନରେ ଦୁଃଖ-ଯନ୍ତ୍ରଣାର ପୂର୍ବ ଅଭିଜ୍ଞତା ରହିଅଛି । ଅତିଶୟ ବିଦ୍ୱାନ୍ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଯେଉଁମାନେ ଜାଣନ୍ତି ଯେ ଏ ଶରୀର ନଷ୍ଟ ହୋଇଯିବ ଏବଂ ଯେଉଁମାନେ କହନ୍ତି, 'କୌଣସି ଭୟ ନାହିଁ; ଆମମାନଙ୍କର ଶତ ସହସ୍ର ଶରୀରର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି, କିନ୍ତୁ ଆତ୍ମା ଅମର'—ଏହିପରି ବିଚାରଜାତ ଧାରଣା ସତ୍ତ୍ୱେ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଆମେ ଏହି ଜୀବନ ପ୍ରତି ଆସକ୍ତି ଦେଖିବାକୁ ପାଉ । କାହିଁକି ଏ ଜୀବନପ୍ରତି ଆସକ୍ତି ଆସେ ? ଆମେ ଦେଖୁଅଛୁ ଯେ, ଏହା ଆମମାନଙ୍କର ସହଜାତ ବା ସ୍ୱାଭାବିକ ହୋଇଯାଇଛି । ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ଦାର୍ଶନିକ ଭାଷାରେ ତାହା 'ସଂସ୍କାର'ରେ ପରିଣତ ହୋଇଅଛି । ଏହି ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକ ସୂକ୍ଷ୍ମ ବା ଗୁପ୍ତଭାବେ ଚିତ୍ତ ଭିତରେ ଯେପରି ନିଦ୍ରିତ ରହିଅଛି । ପୂର୍ବ ମୃତ୍ୟୁର ଏହିସବୁ ଅଭିଜ୍ଞତା, ଯେଉଁଗୁଡ଼ିକୁ ଆମେ ସହଜାତ ଜ୍ଞାନ କହୁ, ବର୍ତ୍ତମାନ ଅବଚେତନ ଭୂମିରେ ଅବସ୍ଥାନ କରୁଅଛନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ଏଗୁଡ଼ିକ ନିଷ୍କ୍ରିୟ ନୁହଁନ୍ତି, ବରଂ ମନର ଗଭୀର ପ୍ରଦେଶରେ ରହି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଚାଲନ୍ତି ।

ଏହି ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକୁ, ଅର୍ଥାତ୍ ଯେଉଁଗୁଡ଼ିକ ସ୍ଥୂଳଭାବରେ ପ୍ରକାଶିତ, ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଆମେ ଭଲଭାବରେ ବୁଝିପାରୁ ଓ ଅନୁଭବ ମଧ୍ୟ କରିପାରୁ । ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଦମନ କରିବା ଅପେକ୍ଷାକୃତ ସହଜ, କିନ୍ତୁ ସୂକ୍ଷ୍ମତର ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକୁ ଦମନ କରିବା କିପରି ? ଯେତେବେଳେ ମୁଁ ରାଗିଯାଏ, ସେତେବେଳେ ମୋର ସମୁଦାୟ ମନଟି ଯେପରି କ୍ରୋଧର ଏକ ବିରାଟ ତରଙ୍ଗରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ମୁଁ ତାହା ଅନୁଭବ କରିପାରେ, ତାହାକୁ ପରିଚାଳିତ କରିପାରେ, ତା' ସହିତ ସଂଗ୍ରାମ କରିପାରେ । କିନ୍ତୁ ମୁଁ ଯଦି ମନର ଗଭୀରତମ ସ୍ତରକୁ, ତାହାର କାରଣକୁ ନ ଯାଏ, ତେବେ କେବେହେଲେ ମୁଁ ତାହାକୁ ଜୟ କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ହେବି ନାହିଁ । କୌଣସି ଲୋକ ମୋତେ ଖୁବ୍ କର୍କଶ କଥା କହିଲା ଏବଂ ମୋର ମନେହେଲା, ମୁଁ ଉତ୍ତେଜିତ ହେଉଅଛି । ସେ ଆହୁରି କଠୋର କଥା କହି ଚାଲିଲା, ଅବଶେଷରେ ମୁଁ କ୍ରୋଧରେ ଉନ୍ମତ୍ତ ହୋଇ ଉଠିଲି, ଆତ୍ମବିସ୍ମୃତ ହେଲି, କ୍ରୋଧବୃତ୍ତି ସହିତ ଯେପରି ନିଜକୁ ମିଶାଇଦେଲି । ଯେତେବେଳେ ସେ ମୋତେ ପ୍ରଥମେ କଟୁ କଥା କହିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲା, ସେତେବେଳେ ମଧ୍ୟ ମୋର ବୋଧ ହେଉଥିଲା ମୁଁ ଯେପରି କ୍ରୁଦ୍ଧ ହୋଇ ଯିବାରେ ଲାଗିଛି । ସେତେବେଳେ କ୍ରୋଧ ଓ ମୁଁ ପୃଥକ୍ ଥିଲୁ । କିନ୍ତୁ ପରେ ମୁଁ ଯେପରିକି ସ୍ୱୟଂ କ୍ରୋଧରେ ପରିଣତ ହୋଇଗଲି । ଏହି ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରଥମରୁ ବୀଜାବସ୍ଥାରେ, ସୂକ୍ଷ୍ମାବସ୍ଥାରେ ସଂଯତ କରିବାକୁ ହେବ । ଏଗୁଡ଼ିକ ଆମମାନଙ୍କ ଉପରେ କ୍ରିୟା କରୁଛନ୍ତି—ଆମେ ଏହା ବୁଝିବା ପୂର୍ବରୁ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ସଂଯତ କରିବାକୁ ହେବ । ଜଗତର ଅଧିକାଂଶ ଲୋକେ ଏହି ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକର ସୂକ୍ଷ୍ମାବସ୍ଥାର କଥା ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ । ଯେତେବେଳେ ଏହି ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଅବଚେତନ ଭୂମିରେ ଥାଇ ପ୍ରକାଶିତ ହେବାକୁ ଉନ୍ମୁଖ ହୁଅନ୍ତି, ସେହି ଅବସ୍ଥାକୁ ବୃତ୍ତିର ସୂକ୍ଷ୍ମାବସ୍ଥା କୁହାଯାଏ । ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ହ୍ରଦର ତଳଦେଶରୁ ବୁଦ୍‌ବୁଦଟିଏ ଉପରକୁ ଉଠି ଆସୁଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ତାହାକୁ ଦେଖିପାରୁ ନାହିଁ;

କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ଉପରଭାଗରୁ ଖୁବ୍ ନିକଟକୁ ଆସିଲେ ମଧ୍ୟ ଆମେ ତାହାକୁ ଦେଖିପାରୁ ନାହିଁ; କେବଳ ଯେତେବେଳେ ଏହା ଉପରକୁ ଉଠିଆସି ମୃଦୁ ଆଲୋଡ଼ନ ସୃଷ୍ଟି କରେ, ସେତେବେଳେ ଯାଇ ଆମେ ଜାଣିପାରୁ ଯେ ଗୋଟିଏ ତରଙ୍ଗ ଉଠୁଅଛି । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ସୂକ୍ଷ୍ମାବସ୍ଥାରେ ତରଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକୁ ଧରିପାରିବା, ସେତେବେଳେ ଏଗୁଡ଼ିକ ଆମ ଆୟତ୍ତକୁ ଆସିବ । ଏହିପରି ସ୍ଥୂଳଭାବେ ପରିଣତ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ସୂକ୍ଷ୍ମାବସ୍ଥାରେ ଏହି ଇନ୍ଦ୍ରିୟବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକୁ ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ସଂଯତ କରି ନ ପାରିଛୁ, ସେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ କୌଣସି ବୃତ୍ତିକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ ଜୟ କରିପାରିବୁ ନାହିଁ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକୁ ସଂଯତ କରିବାକୁ ହେଲେ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଆରମ୍ଭରୁ ସଂଯତ କରିବାକୁ ହେବ । କେବଳ ସେତିକିବେଳେ ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକର ବୀଜ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦଗ୍ଧ ହୋଇଯିବ । ଯେପରି ମଞ୍ଜିକୁ ଭାଜି ମାଟିରେ ପକାଇଦେଲେ ସେଥିରୁ ଅଙ୍କୁର ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ନାହିଁ, ସେହିପରି ଏହି ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକର ଅବସ୍ଥା ହେବ ।

ତେ ପ୍ରତିପ୍ରସବହେୟାଃ ସୂକ୍ଷ୍ମାଃ ॥୧୦॥

—ସେହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରତିପ୍ରସବ ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରତିଲୋମ ପରିଣାମଦ୍ୱାରା (କାର୍ଯ୍ୟକୁ କାରଣରେ ପରିଣତ କରି) ନାଶ କରିବାକୁ ହୁଏ ।

ଧ୍ୟାନଦ୍ୱାରା ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ନଷ୍ଟ ହେଲେ ଯାହା ଅବଶିଷ୍ଟ ରହେ, ତାହାକୁ ସୂକ୍ଷ୍ମସଂସ୍କାର ବା ବାସନା କୁହାଯାଏ । ତାହା ନାଶ କରିବାର ଉପାୟ କଅଣ ? ତାହାକୁ ପ୍ରତିପ୍ରସବ ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରତିଲୋମ ପରିଣାମ ଦ୍ୱାରା ନାଶ କରିବାକୁ ହେବ । ପ୍ରତିଲୋମ ପରିଣାମର ଅର୍ଥ କାର୍ଯ୍ୟର କାରଣରେ ଲୟ । ଚିତ୍ତରୂପକ କାର୍ଯ୍ୟ ଯେତେବେଳେ ସମାଧିଦ୍ୱାରା ଅସ୍ମିତା ବା ଅହଙ୍କାରରୂପକ ସ୍ୱକାରଣରେ ଲୀନ ହେବ, ସେତେବେଳେ ଯାଇ ଚିତ୍ତ ସହିତ ସୂକ୍ଷ୍ମ ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯିବ । କେବଳ ଧ୍ୟାନଦ୍ୱାରା ଏଗୁଡ଼ିକ ନଷ୍ଟ ହୁଏ ନାହିଁ ।

ଧ୍ୟାନହେୟାସ୍ତଦ୍‌ବୃତ୍ତୟଃ ॥୧୧॥

—ଧ୍ୟାନଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କର ସ୍ଥୂଳାବସ୍ଥା ନାଶ କରିବାକୁ ହୁଏ ।

ଧ୍ୟାନ ଏହି ବୃହତ୍ ତରଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକର ଉତ୍ପତ୍ତି ନିବାରଣର ଏକ ପ୍ରଧାନ ଉପାୟ । କେବଳ ଧ୍ୟାନଦ୍ୱାରା ମନର ବୃତ୍ତିରୂପକ ତରଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରଶମିତ କରାଯାଇପାରେ । ଯଦି ଦୀର୍ଘକାଳ ଧରି ଏହି ଧ୍ୟାନ ଅଭ୍ୟାସ କର, ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହା ତୁମର ଅଭ୍ୟାସରେ ପରିଣତ ନ ହୋଇଛି, ଯେତେଦିନ ଯାଏ ଧ୍ୟାନ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାଭାବିକ ନ ହୋଇଛି, ସେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏପରି ଚେଷ୍ଟା କରିଗଲେ କ୍ରୋଧ, ଘୃଣା ପ୍ରଭୃତି ବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହେବ ।

କ୍ଲେଶମୂଳଃ କର୍ମାଶୟୋ ଦୃଷ୍ଟାଦୃଷ୍ଟଜନ୍ମବେଦନୀୟଃ ॥୧୨॥

—କର୍ମର ଆଶୟ ବା ଆଧାରର ମୂଳ ଏହି ପୂର୍ବୋକ୍ତ କ୍ଲେଶଗୁଡ଼ିକ ବର୍ତ୍ତମାନ ଅଥବା ପରବର୍ତ୍ତୀଜୀବନରେ ଫଳ ଦିଅନ୍ତି ।

କର୍ମାଶୟ ଅର୍ଥ ଏହି ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକର ସମଷ୍ଟି । ଆମେ ଯେ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ କରୁ ନା କାହିଁକି, ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଆମର ମନୋହ୍ରଦରେ ଗୋଟିଏ ତରଙ୍ଗ ଉତ୍‌ଥିତ ହୁଏ । ଆମେ ମନେକରୁ କାର୍ଯ୍ୟଟି ଶେଷ ହୋଇଗଲା ମାତ୍ରେ ତରଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଶେଷ ହୋଇଯିବ, କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବିକ ତାହା ନୁହେଁ । ତାହା ମାତ୍ର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଆକାର ଧାରଣ କରି ରହିଅଛି । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟର କଥା ସ୍ମରଣ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁ, କେବଳ ସେତିକିବେଳେ

ଏହା ପୁନର୍ବାର ଉଦିତ ହୋଇ ତରଙ୍ଗାକାରରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ଅତଏବ ତାହା ମନ ମଧ୍ୟରେ ହିଁ ରହି ଥିଲା; ଯଦି ନ ଥାନ୍ତା, ତାହାହେଲେ ସ୍ମୃତି ଅସମ୍ଭବ ହୁଅନ୍ତା । ସୁତରାଂ ପ୍ରତ୍ୟେକ କାର୍ଯ୍ୟ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ଚିନ୍ତା ତାହା ଶୁଭ ହେଉ ବା ଅଶୁଭ ହେଉ, ମନର ଗଭୀରତମ ପ୍ରଦେଶକୁ ଯାଇ ସୂକ୍ଷ୍ମଭାବ ଧାରଣ କରେ ଏବଂ ସେଠାରେ ସଞ୍ଚିତ ଥାଏ; ସୁଖକର ଅଥବା ଦୁଃଖକର ସକଳ ପ୍ରକାର ଚିନ୍ତାକୁ 'କ୍ଲେଶ' ଜନକ ବାଧା କୁହାଯାଏ; କାରଣ ଯୋଗୀମାନଙ୍କ ମତରେ ଉଭୟ ହିଁ ପରିଣାମରେ ଦୁଃଖ ପ୍ରସବ କରନ୍ତି । ଇନ୍ଦ୍ରିୟସମୂହରୁ ଯେଉଁସବୁ ସୁଖ ମିଳେ, ପରିଣାମରେ ସେଗୁଡ଼ିକ ଦୁଃଖ ଆଣିଥାଆନ୍ତି । ଭୋଗରେ ଭୋଗତୃଷ୍ଣା ହିଁ ବଢ଼ୁଥାଏ ଏବଂ ତାହାର ଫଳ ଦୁଃଖ । ମନୁଷ୍ୟର ବାସନାର ଅନ୍ତ ନାହିଁ, ମନୁଷ୍ୟ କ୍ରମାଗତ ବାସନା ପୋଷଣ କରୁଅଛି ଏବଂ ଦିନେ ସେ ଏପରି ଏକ ଅବସ୍ଥାରେ ପହଞ୍ଚେ, ସେତେବେଳେ କୌଣସି ଉପାୟରେ ଆଉ ବାସନାର ତୃପ୍ତି ହୁଏ ନାହିଁ । ସେତେବେଳେ ତାର ଦୁଃଖ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ଏଥିପାଇଁ ଯୋଗୀମାନେ ଶୁଭ ଓ ଅଶୁଭ ଉଭୟ ସଂସ୍କାରସମଷ୍ଟିକୁ 'କ୍ଲେଶ' କହିଥାଆନ୍ତି; ଏଗୁଡ଼ିକ ଆତ୍ମାର ମୁକ୍ତିକୁ ବାଧିତ କରନ୍ତି ।

ସକଳ କାର୍ଯ୍ୟର ସୂକ୍ଷ୍ମ ମୂଳସ୍ୱରୂପ ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଏହିପରି ବୁଝିବାକୁ ହେବ; କାରଣ ସେମାନେ କାରଣ-ସ୍ୱରୂପ ହୋଇ ଇହଜୀବନ ବା ପରଜୀବନରେ ଫଳ ପ୍ରସବ କରିଥାଆନ୍ତି (ଦୃଷ୍ଟ ବା ଅଦୃଷ୍ଟ-ଜନ୍ମ ବେଦନୀୟ) । ବିଶେଷ ବିଶେଷ ସ୍ଥଳରେ ଯେତେବେଳେ ଏହି ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକ ଖୁବ୍ ପ୍ରବଳ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଏହା ଶୀଘ୍ର ଫଳ ପ୍ରଦାନ କରେ; ଅତ୍ୟଧିକ ପୁଣ୍ୟ ବା ପାପକର୍ମ ଇହଜୀବନରେ ହିଁ ଫଳ ଉତ୍ପନ୍ନ କରେ । ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି ଯେ, ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଇହଜୀବନରେ ଖୁବ୍ ପ୍ରବଳ ଶୁଭ-ସଂସ୍କାର ଉପାର୍ଜ୍ଜନ କରିପାରନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୁଏ ନାହିଁ; ସେମାନେ ଇହଜୀବନରେ ହିଁ ଏହି ଦେହକୁ ଦେବ ଦେହରେ ପରିଣତ କରିପାରନ୍ତି । ଯୋଗୀମାନଙ୍କ ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଏପରି କେତେକ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତର ଉଲ୍ଲେଖ ଅଛି । ଏମାନେ ନିଜ ନିଜ ଶରୀରର ଉପାଦାନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରି ପକାନ୍ତି । ଦେହର ପରମାଣୁଗୁଡ଼ିକୁ ଏପରି ନୂତନ ଭାବରେ ସନ୍ନିବେଶିତ କରିଦିଅନ୍ତି ଯେ, ସେମାନଙ୍କର ଆଉ କୌଣସି ପୀଡ଼ା ହୁଏ ନାହିଁ ଏବଂ ଆମେ ଯାହାକୁ ମୃତ୍ୟୁ କହୁ, ତାହା ମଧ୍ୟ ସେମାନଙ୍କ ନିକଟକୁ ଆସିପାରେ ନାହିଁ । ଏପରି ନ ହେବ କାହିଁକି ? ଶରୀର-ବିଜ୍ଞାନରେ ଖାଦ୍ୟର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କଠାରୁ ଶକ୍ତି ଗ୍ରହଣ । ଏହି ଶକ୍ତି ପ୍ରଥମେ ଉଦ୍ଭିଦରେ ପ୍ରବେଶ କରେ; ସେହି ଉଦ୍ଭିଦକୁ ପୁଣି କୌଣସି ପଶୁ ଭୋଜନ କରେ, ମନୁଷ୍ୟ ପୁଣି ସେହି ପଶୁମାଂସ ଭୋଜନ କରିଥାଏ । ଏହି ଘଟଣାକୁ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଭାଷାରେ କହିବାକୁ ହେବ ଯେ, ଆମେ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କଠାରୁ କିଛି ଶକ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରି ନିଜର ଅଙ୍ଗୀଭୂତ କରି ନେଉଛୁ । ଯଦି ଏହା ସତ୍ୟ ହୁଏ, ତାହାହେଲେ ଏହି ଶକ୍ତି ଆହରଣ କରିବାର ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ଉପାୟ ରହିବ କାହିଁକି ? ଆମେ ଯେପରି ଶକ୍ତି ସଂଗ୍ରହ କରୁ, ଉଦ୍ଭିଦର ଶକ୍ତି ସଂଗ୍ରହ କରିବାର ଉପାୟ ଠିକ୍ ତାହା ନୁହେଁ । ଆମେ ଯେପରି ଶକ୍ତି ସଂଗ୍ରହ କରୁ, ପୃଥିବୀ ସେପରି କରେ ନାହିଁ କିନ୍ତୁ ତାହାହେଲେ ମଧ୍ୟ ସମସ୍ତେ କୌଣସି ନା କୌଣସି ଉପାୟରେ ଶକ୍ତି ସଂଗ୍ରହ କରିଥାଅନ୍ତି । ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ସେମାନେ କେବଳ ମନଃଶକ୍ତିବଳରେ ଶକ୍ତି ସଂଗ୍ରହ କରିପାରନ୍ତି । ସାଧାରଣ ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ ନ କରି ମଧ୍ୟ ସେମାନେ ଯେତେ ଇଚ୍ଛା ସେତେ ଶକ୍ତି ସଂଗ୍ରହ କରିପାରନ୍ତି । ଉର୍ଣ୍ଣନାଭ ଯେପରି

ନିଜ ଶରୀରରୁ ତନ୍ତୁ ବିସ୍ତାର କରି ପରିଶେଷରେ ଏପରି ବଦ୍ଧ ହୋଇପଡ଼େ ଯେ, ବାହାରକୁ କୁଆଡ଼େ ଯିବା ପାଇଁ ହେଲେ, ସେହି ତନ୍ତୁ ଅବଲମ୍ବନ ନ କରି ଯାଇପାରେ ନାହିଁ, ସେହିପରି ଆମେ ମଧ୍ୟ ଆମର ଉପାଦାନ ପଦାର୍ଥରୁ ଏହି ସ୍ନାୟୁଜାଲ ସୃଷ୍ଟି କରିଅଛୁ, ଅଥଚ ବର୍ତ୍ତମାନ ସେହି ସ୍ନାୟୁପ୍ରଣାଳୀ ଅବଲମ୍ବନ ନ କରି କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଆମ ପକ୍ଷରେ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । କିନ୍ତୁ ଯୋଗୀ କହନ୍ତି, ଏଥିରେ ବଦ୍ଧ ରହିବା ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ ନୁହେଁ ।

ଏହି ତତ୍ତ୍ୱକୁ ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ଉଦାହରଣଦ୍ୱାରା ଆମେ ବୁଝିପାରୁ । ଆମେ ପୃଥିବୀର ଯେ କୌଣସି ଅଂଶକୁ ତଡ଼ିତ୍‌ଶକ୍ତି ପ୍ରେରଣ କରିପାରୁ; କିନ୍ତୁ ଆମମାନଙ୍କୁ ତାହା ତାର ମଧ୍ୟଦେଇ ପଠାଇବାକୁ ହୁଏ । ପ୍ରକୃତି କିନ୍ତୁ ବିନା ତାରରେ ଅତ୍ୟଧିକ ପରିମାଣର ବିଦ୍ୟୁତ୍‌ଶକ୍ତି ପ୍ରେରଣ କରୁଅଛି । ଆମେ ତେବେ କାହିଁକି ତାହା କରିପାରିବା ନାହିଁ ? ଆମେ ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗକୁ ମାନସତଡ଼ିତ୍ ପ୍ରେରଣା କରିପାରୁ । ଆମେ ଯାହାକୁ ମନ କହୁ, ତାହା ଅନେକଟା ତଡ଼ିତ୍‌ଶକ୍ତି ପରି ସ୍ନାୟୁ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ତରଳ ପଦାର୍ଥ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଅଛି, ସେଥିରେ ଯେ କିଛି ପରିମାଣରେ ବିଦ୍ୟୁତ୍‌ଶକ୍ତି ଅଛି ଏହା ନିଶ୍ଚିତ, କାରଣ ତଡ଼ିତ୍‌ପରି ତାହାର ଦୁଇ ପ୍ରାନ୍ତରେ ବିପରୀତ ଶକ୍ତିଦ୍ୱୟ ଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ ଏବଂ ତଡ଼ିତ୍‌ର ଧର୍ମଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ସେଥିରେ ଦେଖାଯାଏ । ଏହି ତଡ଼ିତ୍‌ଶକ୍ତିକୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମେ କେବଳ ସ୍ନାୟୁମଣ୍ଡଳ ମଧ୍ୟଦେଇ ପ୍ରବାହିତ କରିପାରୁ । କିନ୍ତୁ ସ୍ନାୟୁମଣ୍ଡଳର ସାହାଯ୍ୟ ନ ନେଇ କାହିଁକି ବା ଏହା ପ୍ରବାହିତ କରିବା ପାଇଁ ସମର୍ଥ ହେବୁ ନାହିଁ । ଯୋଗୀ କହନ୍ତି, ଏହା ସମ୍ଭବ ଏବଂ ଏହା କାର୍ଯ୍ୟରେ ପରିଣତ କରାଯାଇପାରେ । ଆଉ ଏଥିରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେଲେ ତୁମେ ସମଗ୍ର ଜଗତରେ ଏହି ଶକ୍ତି ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ପାଇଁ ସମର୍ଥ ହେବ । ସେତେବେଳେ ତୁମେ କୌଣସି ସ୍ନାୟୁଯନ୍ତ୍ରର ସାହାଯ୍ୟ ନ ନେଇ ମଧ୍ୟ ଯେଉଁଠି ଇଚ୍ଛା ଏବଂ ଯେକୌଣସି ଶରୀରଦ୍ୱାରା କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରିବ । ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ଜୀବାତ୍ମା ଏହି ସ୍ନାୟୁପ୍ରଣାଳୀ ମଧ୍ୟଦେଇ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ, ଆମେ ସେତେବେଳେ କହୁ ମନୁଷ୍ୟଟି ଜୀବିତ ଏବଂ ଯେତେବେଳେ ଏହି ଯନ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକଦ୍ୱାରା କାର୍ଯ୍ୟ ହୁଏ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ କହୁ ମନୁଷ୍ୟଟି ମୃତ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ କେହି ଏହି ସକଳ ସ୍ନାୟୁଯନ୍ତ୍ର ସାହାଯ୍ୟରେ ବା ସ୍ନାୟୁ ବ୍ୟତୀତ ମଧ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଜନ୍ମ ଓ ମୃତ୍ୟୁ—ଏହି ଦୁଇଟି ଶବ୍ଦ ନିରର୍ଥକ ହୋଇଯାଏ । ଜଗତରେ ସବୁ ଶରୀର ତନ୍ମାତ୍ରଦ୍ୱାରା ରଚିତ; ପ୍ରଭେଦ କେବଳ ବିନ୍ୟାସ ପ୍ରଣାଳୀରେ । ଯଦି ତୁମେ ମଧ୍ୟ ଏହି ବିନ୍ୟାସର କର୍ତ୍ତା ହୁଅ, ତା'ହେଲେ ତୁମର ଯେପରି ଇଚ୍ଛା ଏହି ତନ୍ମାତ୍ରଗୁଡ଼ିକର ବିନ୍ୟାସ କରି ଶରୀର ରଚନା କରିପାର । ଏହି ଶରୀର ତୁମ ବ୍ୟତୀତ ଆଉ କିଏ ନିର୍ମାଣ କରିଅଛି ? ଆହାର କିଏ କରେ ? ଯଦି ଅନ୍ୟ ଜଣେ ତୁମ ପାଇଁ ଆହାର କରନ୍ତା, ତେବେ ତୁମକୁ ଅଧିକ ଦିନ ବଞ୍ଚିରହିବାକୁ ହୁଅନ୍ତା ନାହିଁ । ଏହି ଖାଦ୍ୟରୁ ରକ୍ତ ଉତ୍ପାଦନ କରେ କିଏ ? ନିଶ୍ଚୟ ତୁମେ । ଏ ରକ୍ତକୁ ବିଶୁଦ୍ଧ କରି ଧମନୀ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବାହିତ କରୁଅଛି କିଏ ? କେବଳ ତୁମେ । ଆମେମାନେ ଏହି ଦେହର ପ୍ରଭୁ ଏବଂ ସେଥିରେ ହିଁ ବାସ କରୁଅଛୁ । ଦେହକୁ କିପରି ଭାବରେ ପୁଣି ତରୁଣ କରିହେବ ସେହି ଜ୍ଞାନ ଆମେ ହରାଇଅଛୁ । ଆମେମାନେ ଯନ୍ତ୍ରତୁଲ୍ୟ ସ୍ୱୟଂକ୍ରିୟ ହୋଇଯାଇଅଛୁ । ଆମେ ଦେହର ପରମାଣୁ ଗୁଡ଼ିକର ବିନ୍ୟାସପ୍ରଣାଳୀ ଭୁଲିଯାଇଛୁ । ତେଣୁ ଏବେ ଆମେ ଯନ୍ତ୍ରପରି ଯାହା କରୁ, ଯୋଗାଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ତାହାକୁ ହିଁ ଜ୍ଞାତସାରରେ କରିବାକୁ ହେବ । ଆମେମାନେ ଦେହର

ପ୍ରଭୁ, ସୁତରାଂ ଆମମାନଙ୍କୁ ହିଁ ସେହି ବିନ୍ୟାସପ୍ରଣାଳୀ ନିୟମିତ କରିବାକୁ ହେବ । ଏଥିରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେଲେ ଆମେ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ଦେହକୁ ପୁନର୍ବାର ତରୁଣ କରି ତୋଳିବା ପାଇଁ ସମର୍ଥ ହେବୁ ଏବଂ ସେତେବେଳେ ଆମମାନଙ୍କର ଜନ୍ମ, ବ୍ୟାଧି, ମୃତ୍ୟୁ କିଛି ହେଲେ ରହିବ ନାହିଁ ।

ସତି ମୂଳେ ତଦ୍‌ବିପାକୋ ଜାତ୍ୟାୟୁର୍ଭୋଗାଃ ॥୧୩॥

—ମନରେ ଏହି ସଂସ୍କାରରୂପକ ମୂଳ ଥିବା ହେତୁ ତାହାର ଫଳ ସ୍ୱରୂପ ମନୁଷ୍ୟାଦି ଜାତି, ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପରମାୟୁ ଓ ସୁଖଦୁଃଖାଦି ଭୋଗହୁଏ ।

ମୂଳ ଅର୍ଥାତ୍ ସଂସ୍କାରରୂପକ କାରଣଗୁଡ଼ିକ ଭିତରେ ଥାଏ, ସେଗୁଡ଼ିକ ବ୍ୟକ୍ତଭାବ ଧାରଣ କରି ଫଳରୂପେ ପରିଣତ ହୁଏ । କାରଣର ନାଶ ହୋଇ କାର୍ଯ୍ୟର ଉଦୟ ହୁଏ, ପୁଣି କାର୍ଯ୍ୟ ସୂକ୍ଷ୍ମଭାବ ଧାରଣ କରି ପରବର୍ତ୍ତୀ କାର୍ଯ୍ୟର କାରଣସ୍ୱରୂପ ହୁଏ । ବୃକ୍ଷ ବୀଜ ପ୍ରସବ କରେ, ବୀଜ ପୁଣି ପରବର୍ତ୍ତୀ ବୃକ୍ଷର ଉତ୍ପତ୍ତିର କାରଣ ହୁଏ; ଏହିପରି କାର୍ଯ୍ୟକାରଣ-ପ୍ରବାହ ଚାଲୁଥାଏ । ଆମମାନଙ୍କର ସକଳ କାର୍ଯ୍ୟ ହିଁ ପୂର୍ବସଂସ୍କାରର ଫଳସ୍ୱରୂପ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ପୁଣି ସଂସ୍କାରରେ ପରିଣତ ହୋଇ ଭବିଷ୍ୟତ କାର୍ଯ୍ୟର କାରଣ ହେବ; ଏହି ଭାବରେ ସବୁ ଚାଲିଛି । ଅତଏବ ଏହି ସୂତ୍ରର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି, କାରଣ ଥିଲେ ତାହାର ଫଳ ବା କାର୍ଯ୍ୟ ଅବଶ୍ୟ ରହିବ । ଏହି ଫଳ ପ୍ରଥମତଃ 'ଜାତି' ରୂପେ ପ୍ରକାଶ ପାଏ; କେହି ମନୁଷ୍ୟ ହେବ, କେହି ପୁଣି ଦେବତା, କେହି ପଶୁ, କେହି ବା ଅସୁର ହେବ । ଏହି କର୍ମ ପୁନଶ୍ଚ ଆୟୁକୁ ମଧ୍ୟ ନିୟମିତ କରେ । ଜଣେ ହୁଏତ ପଚାଶବର୍ଷ ବଞ୍ଚେ, ଆଉ ଜଣେ ଏକଶତ ବର୍ଷ, ପୁଣି କେହି ହୁଏତ ଦୁଇ ବର୍ଷ ବୟସରେ ହିଁ ମରିଯାଏ—ସେ ଆଉ ପୂର୍ଣ୍ଣବୟସ୍କ ହୁଏ ନାହିଁ । ଜୀବନର ଏହି ସବୁ ବିଭିନ୍ନତା ପୂର୍ବ କର୍ମଦ୍ୱାରା ନିୟମିତ ହୁଏ । କେହି ଯେପରି କେବଳ ସୁଖଭୋଗ ପାଇଁ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରିଅଛି; ଯଦି ସେ ବଣକୁ ଯାଇ ଲୁଚି ରହେ, ତେବେ ସୁଦ୍ଧା ସୁଖ ତାହାକୁ ଅନୁସରଣ କରିବ । ଆଉ ଜଣେ ଯେଉଁଠାକୁ ଯାଉନା କାହିଁକି ଦୁଃଖ ମଧ୍ୟ ତାହାକୁ ଅନୁସରଣ କରୁଥାଏ, ତା' ନିକଟରେ ସବୁ ଦୁଃଖମୟ । ଏସବୁ ହିଁ ସେମାନଙ୍କର ନିଜ ନିଜ ପୂର୍ବ କର୍ମର ଫଳ । ଯୋଗୀମାନଙ୍କ ମତରେ ପୁଣ୍ୟକର୍ମ ହେତୁ ସୁଖ, ପାପକର୍ମ ହେତୁ ଦୁଃଖ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଅସତ୍ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ, ସେ ନିଶ୍ଚୟ ଦୁଃଖକଷ୍ଟ ରୂପେ ତାହାର କୃତକର୍ମର ଫଳ ଭୋଗ କରିବ ।

ତେ ହ୍ଲାଦପରିତାପଫଳାଃ ପୁଣ୍ୟାପୁଣ୍ୟହେତୁତ୍ୱାତ୍ ॥୧୪॥

—ପୁଣ୍ୟ ଓ ପାପ ସେଗୁଡ଼ିକର କାରଣ ବୋଲି ସେଗୁଡ଼ିକର ଫଳ ଯଥାକ୍ରମେ ଆନନ୍ଦ ଓ ଦୁଃଖ ।

ପରିଣାମତାପ-ସଂସ୍କାରଦୁଃଖୈର୍ଗୁଣବୃତ୍ତିବିରୋଧାଚ୍ଚ ଦୁଃଖମେବ ସର୍ବଂ ବିବେକିନଃ ॥୧୫॥

—ପରିଣାମରେ କିମ୍ବା ଭୋଗ କଲାବେଳେ ଭୋଗବ୍ୟାଘାତର ଆଶଙ୍କାରେ ଅଥବା ସୁଖ-ସଂସ୍କାରଜନିତ ନୂତନ ତୃଷ୍ଣା ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଉଥିବାରୁ ଏବଂ ଗୁଣବୃତ୍ତି (ଅର୍ଥାତ୍ ସତ୍ତ୍ୱ, ରଜଃ, ତମଃ । ପରସ୍ପର-ବିରୋଧୀ ବୋଲି ବିବେକୀଙ୍କ ନିକଟରେ ସବୁ ଦୁଃଖମୟ ବୋଲି ବୋଧ ହୁଏ) ।

ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ଯାହାଙ୍କର ବିବେକ-ଶକ୍ତି କିମ୍ବା ଅନ୍ତର୍ଦୃଷ୍ଟି ଅଛି, ସେ ସୁଖ ଓ

ଦୁଃଖାତ୍ମକ ସର୍ବବିଧ ବସ୍ତୁର ଅନ୍ତସ୍ତଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦେଖିଥାଆନ୍ତି ଏବଂ ଜାଣିପାରନ୍ତି ଯେ ସେଗୁଡ଼ିକ ସର୍ବଦା ସମଭାବରେ ରହିଛନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ସହିତ ଅନ୍ୟଟି ଯେପରି ସଂଯୁକ୍ତ ହୋଇ, ଗୋଟିଏ ଯେପରି ଅନ୍ୟଟି ସହିତ ମିଶି ରହିଛି । ସେହି ବିବେକୀ ପୁରୁଷ ଦେଖିବାକୁ ପାଆନ୍ତି ଯେ, ମନୁଷ୍ୟ ସମଗ୍ର ଜୀବନ ଧରି ଯେପରି କେବଳ ଗୋଟିଏ ମରୀଚିକାର ଅନୁସରଣ କରୁଅଛି ଏବଂ ସେ କେବେହେଲେ ତାହାର ବାସନାପୂରଣରେ ସମର୍ଥ ହୁଏ ନାହିଁ । ଥରେ ମହାରାଜ ଯୁଧିଷ୍ଠିର କହିଥିଲେ, ଜୀବନରେ ସର୍ବାପେକ୍ଷା ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟର ଘଟଣା ହେଉଛି, ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ପ୍ରାଣୀଗଣଙ୍କୁ ମୃତ୍ୟୁମୁଖରେ ପତିତ ହେବାର ଦେଖି ମଧ୍ୟ ଆମେ ମନେ କରୁଅଛୁ, ଆମେ କେବେହେଲେ ମରିବୁ ନାହିଁ ।* ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ମୂର୍ଖଙ୍କଦ୍ୱାରା ପରିବେଷ୍ଟିତ ହୋଇ ଆମେ ମନେକରୁଅଛୁ, କେବଳ ଆମେ ହିଁ ପଣ୍ଡିତ । ସର୍ବପ୍ରକାର ଚାଞ୍ଚଲ୍ୟମୟ ଅଭିଜ୍ଞତାଦ୍ୱାରା ବେଷ୍ଟିତ ହୋଇ ଆମେ ମନେକରୁଅଛୁ, ଆମମାନଙ୍କର ଭଲ ପାଇବା ହିଁ ଏକମାତ୍ର ସ୍ଥାୟୀ ପ୍ରେମ । ଏହା କଅଣ ସମ୍ଭବ ? ଭଲପାଇବା ମଧ୍ୟ ସ୍ୱାର୍ଥପରତାମିଶ୍ରିତ । ଯୋଗୀ କହନ୍ତି, 'ପରିଣାମରେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବ, ଏପରିକି ପତିପତ୍ନୀଙ୍କ ପ୍ରେମ, ସନ୍ତାନ ପ୍ରତି ଭଲପାଇବା, ବନ୍ଧୁମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ପ୍ରୀତି ଇତ୍ୟାଦି ସବୁ କ୍ରମଶଃ କ୍ଷୀଣ ହୋଇଯାଏ ।' ଏ ସଂସାରରେ କ୍ଷୟ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବସ୍ତୁକୁ ହିଁ ଆକ୍ରମଣ କରିଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ସଂସାରର ସକଳ ବାସନା, ଏପରିକି ଭଲପାଇବା ମଧ୍ୟ ବିଫଳ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ହତଚକିତ ହୋଇ ମନୁଷ୍ୟ ବୁଝିପାରେ ଯେ ଏ ଜଗତ କେତେଦୂର ବ୍ୟର୍ଥ, ପରିଣାମରେ କେତେ ସ୍ୱପ୍ନସଦୃଶ ! ସେତିକିବେଳେ ହିଁ ତା' ଚକ୍ଷୁରେ ବୈରାଗ୍ୟର କ୍ଷଣିକ ଆଲୋକ ଦେଖାଦିଏ ଏବଂ ସେ ଅତୀନ୍ଦ୍ରିୟ ସତ୍ତାର ଯେପରି ଟିକିଏ ଆଭାସ ପାଏ । ଏହି ଜଗତକୁ ତ୍ୟାଗ କଲେ ଯାଇ ଜଗଦାତୀତ ତତ୍ତ୍ୱଟି ହୃଦୟରେ ଉଦ୍‌ଭାସିତ ହୁଏ; ଜାଗତିକ ସୁଖରେ ଆସକ୍ତ ରହିଲେ ଏହା କେବେହେଲେ ସମ୍ଭବ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏପରି କୌଣସି ମହାତ୍ମା ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରି ନାହାନ୍ତି, ଯାହାଙ୍କୁ ଏହି ଉଚ୍ଚାବସ୍ଥାଲାଭ ପାଇଁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟସୁଖଭୋଗ ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ହୋଇନାହିଁ । ପ୍ରକୃତିର ବିଭିନ୍ନ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକର ପରସ୍ପରବିରୋଧ ହିଁ ଦୁଃଖର କାରଣ । ସେଥିରୁ ଗୋଟିଏ ମନୁଷ୍ୟକୁ ଏକ ଦିଗକୁ, ଅନ୍ୟଟି ଆଉ ଗୋଟିଏ ଦିଗକୁ ଟାଣିନେଇ ଯାଉଅଛି । ଏହି ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ମଧ୍ୟରେ ସ୍ଥାୟୀ ସୁଖ ଆମେ କିପରି ଲାଭ କରିବା ?

ହେୟଂ ଦୁଃଖମନାଗତମ୍ ॥୧୬॥

—ଯେଉଁ ଦୁଃଖ ବର୍ତ୍ତମାନ ମଧ୍ୟ ଆସିନାହିଁ, ତାହାକୁ ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ହେବ ।

କର୍ମର କେତେକାଂଶ ଆମମାନଙ୍କର ଭୋଗ ହୋଇଯାଇଛି, କେତେକାଂଶ ଆମେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଭୋଗ କରୁଛୁ, ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ଭବିଷ୍ୟତ ପାଇଁ ଫଳପ୍ରଦାନୋନ୍ମୁଖ ହୋଇ ରହିଅଛି । ଆମର ଯାହା ଭୋଗ ହୋଇଯାଇଛି ତାହା ତ ଶେଷ ହୋଇଯାଇଛି । କିନ୍ତୁ ଆମେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଯାହା ଭୋଗ କରୁଛୁ, ତାହା ଆମମାନଙ୍କୁ ଭୋଗ କରିବାକୁ ହିଁ ହେବ । କେବଳ ଯେଉଁ କର୍ମ ଭବିଷ୍ୟତ ପାଇଁ ଫଳ ପ୍ରଦାନୋନ୍ମୁଖ ହୋଇଅଛି, ତାହାକୁ ଆମେ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିପାରିବୁ ଏବଂ ଏଥିପାଇଁ ସକଳ ଶକ୍ତି ନିୟୋଜିତ କରିବାକୁ ହେବ । ପତଞ୍ଜଳି କହିଛନ୍ତି (୨।୧୦)— ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକୁ କାରଣରେ ଲୟ କରି ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବାକୁ ହେବ ।

---

* ଅହନ୍ୟହନି ଭୂତାନି ଗଚ୍ଛନ୍ତି ଯମମନ୍ଦିରମ୍ ।
ଶେଷାଃ ସ୍ଥିରତ୍ୱମିଚ୍ଛନ୍ତି କିମାଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟମତଃପରମ୍ । —ମହାଭାରତ, ବନପର୍ବ

ଦ୍ରଷ୍ଟୃଦୃଶ୍ୟୟୋଃ ସଂଯୋଗୋ ହେୟହେତୁଃ ॥୧୭॥

—ହେୟ, ଅର୍ଥାତ୍ ଯେଉଁ ଦୁଃଖକୁ ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ହୁଏ, ତାହାର କାରଣ ଦ୍ରଷ୍ଟା ଓ ଦୃଶ୍ୟର ସଂଯୋଗ ।

ଏ ଦ୍ରଷ୍ଟା କିଏ ? ମନୁଷ୍ୟର ଆତ୍ମା, ଅର୍ଥାତ୍ ପୁରୁଷ । ଦୃଶ୍ୟ କଅଣ ? ମନରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ସ୍ଥୂଳ ଭୂତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମଗ୍ର ପ୍ରକୃତି । ଏହି ପୁରୁଷ ଓ (ପ୍ରକୃତିର) ମନର ସଂଯୋଗ ହେତୁ ସମଗ୍ର ସୁଖଦୁଃଖ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଅଛି । ତୁମମାନଙ୍କର ଅବଶ୍ୟ ସ୍ମରଣ ଥିବ, ଏହି ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର ମତରେ ପୁରୁଷ ଶୁଦ୍ଧସ୍ୱରୂପ; ଯେତେବେଳେ ଏହା ପ୍ରକୃତି ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ପ୍ରକୃତିରେ ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ ହୋଇ ସୁଖ ବା ଦୁଃଖ ଅନୁଭବ କରେ ବୋଲି ମନେହୁଏ ।

ପ୍ରକାଶ–କ୍ରିୟା–ସ୍ଥିତିଶୀଳଂ ଭୂତେନ୍ଦ୍ରିୟାତ୍ମକଂ ଭୋଗାପବର୍ଗାର୍ଥଂ ଦୃଶ୍ୟମ୍ ॥୧୮॥

—'ଦୃଶ୍ୟ' କହିଲେ ଭୂତ ଓ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣଙ୍କୁ ବୁଝାଏ । ତାହା ପ୍ରକାଶକ୍ରିୟା ଓ ସ୍ଥିତିଶୀଳ । ତାହା କେବଳ ଦ୍ରଷ୍ଟାର ଅର୍ଥାତ୍ ପୁରୁଷର ଭୋଗ ଓ ମୁକ୍ତି ପାଇଁ ।

ଦୃଶ୍ୟ ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରକୃତି, ଭୂତ ଓ ଇନ୍ଦ୍ରିୟସମଷ୍ଟିଦ୍ୱାରା ଗଠିତ; ଭୂତ କହିଲେ ସ୍ଥୂଳ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଓ ସର୍ବପ୍ରକାର ଭୂତକୁ ବୁଝାଏ ଏବଂ ଇନ୍ଦ୍ରିୟର ଅର୍ଥ ମନ ସହିତ ଚକ୍ଷୁରାଦି ସମସ୍ତ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ । ସେମାନଙ୍କର ଧର୍ମ ବା ଗୁଣ ପୁଣି ତିନି ପ୍ରକାର, ଯଥା—ପ୍ରକାଶ, କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ଜଡ଼ତା । ଏଗୁଡ଼ିକୁ ହିଁ ଅନ୍ୟ ଭାଷାରେ ସତ୍ତ୍ୱ, ରଜଃ ଓ ତମଃ କୁହାଯାଏ । ସମଗ୍ର ପ୍ରକୃତିର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ କଅଣ ? ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ—ଯେଉଁଥିରେ ପୁରୁଷ ସମୁଦାୟ ଭୋଗ କରି ଅଭିଜ୍ଞତା ଅର୍ଜନ କରିପାରନ୍ତି । ପୁରୁଷ ଯେପରି ନିଜର ମହାନ୍ ଐଶ୍ୱରିକ ଭାବ ବିସ୍ମୃତ ହୋଇଅଛନ୍ତି । ଏ ବିଷୟରେ ଗୋଟିଏ ସୁନ୍ଦର ଆଖ୍ୟାୟିକା ଅଛି । ଏକଦା ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ର ଶୂକର ହୋଇ କର୍ଦ୍ଦମ ଭିତରେ ବାସ କରୁଥିଲେ; ତାଙ୍କର ଗୋଟିଏ ଶୂକରୀ ଥିଲା, ସେହି ଶୂକରୀଦ୍ୱାରା ତାଙ୍କର ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ ଶାବକ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥିଲେ । ଦେବତାମାନେ ତାଙ୍କର ଦୁରବସ୍ଥା ଦର୍ଶନ କରି ତାଙ୍କ ନିକଟକୁ ଆସି କହିଲେ, 'ଆପଣ ଦେବରାଜ, ଦେବତାମାନେ ଆପଣଙ୍କ ଶାସନରେ ବାସ କରନ୍ତି; ଆପଣ ଏଠାରେ କାହିଁକି ?' ଇନ୍ଦ୍ର ଉତ୍ତର ଦେଲେ, 'ମୁଁ ବେଶ୍ ଅଛି, କିଛି ଭାବ ନାହିଁ; ଏପରି ଶୂକରୀ ଓ ଶାବକଗୁଡ଼ିକ ଯେତେଦିନ ମୋ ପାଖରେ ଜୀବିତ ରହି ଲୀଳାଖେଳା କରୁଛନ୍ତି, ସେତେଦିନ ସ୍ୱର୍ଗାଦି କିଛି ହେଲେ ମୁଁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରେ ନାହିଁ ।' ସେତେବେଳେ ଦେବଗଣ କଅଣ କରିବେ କିଛି ଭାବି ସ୍ଥିର କରିପାରିଲେ ନାହିଁ । କିଛି ଦିନ ପରେ ସେମାନେ ସ୍ଥିର କଲେ, ସବୁ ଶାବକମାନଙ୍କୁ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ କରି ମାରି ପକାଇବାକୁ ହେବ । ଏହିପରି ଗୋଟି ଗୋଟି ହୋଇ ଶାବକଗୁଡ଼ିକ ସବୁ ନିହତ ହେବା ପରେ ଦେବଗଣ ଅବଶେଷରେ ସେହି ଶୂକରୀକୁ ମଧ୍ୟ ମାରି ପକାଇଲେ । ସେତେବେଳେ ଇନ୍ଦ୍ର କାତର ହୋଇ ବିଳାପ କରିବାକୁ ଲାଗିଲେ; ଦେବଗଣ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ଶୂକର ଦେହଟିକୁ ଚିରି ପକାଇଲେ । ସେତେବେଳେ ଇନ୍ଦ୍ର ସେହି ଶୂକର ଦେହରୁ ନିର୍ଗତ ହୋଇ ହସିବାକୁ ଲାଗିଲେ ଏବଂ ଭାବିବାକୁ ଲାଗିଲେ, 'କି ଭୟଙ୍କର ସ୍ୱପ୍ନ ଦେଖୁଥିଲି ! ମୁଁ ଦେବରାଜ, ମୁଁ ଏହି ଶୂକରଜନ୍ମକୁ ହିଁ ଏକମାତ୍ର ଜନ୍ମବୋଲି ମନେ କରୁଥିଲି; କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ସମଗ୍ର ଜଗତ ଶୂକରଦେହ ଧାରଣ କରୁ—ମୁଁ ଏହି କଥା ଇଚ୍ଛା ମଧ୍ୟ କରୁଥିଲି ।' ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟ ଏହିପରି ପ୍ରକୃତି ସହିତ ମିଳିତ ହୋଇ ବିସ୍ମୃତ ହୁଅନ୍ତି ଯେ, ସେ ଶୁଦ୍ଧସ୍ୱଭାବ ଓ ଅନନ୍ତସ୍ୱରୂପ । ପୁରୁଷଙ୍କୁ 'ଅସ୍ତିତ୍ୱବାନ୍' କୁହାଯାଇପାରେ ନାହିଁ, କାରଣ, ପୁରୁଷ ସ୍ୱୟଂ ଅସ୍ତିତ୍ୱସ୍ୱରୂପ । ପୁରୁଷ ବା ଆତ୍ମାକୁ 'ଜ୍ଞାନୀ' କୁହାଯାଇପାରେ

ନାହିଁ, କାରଣ ଆତ୍ମା ସ୍ୱୟଂ ଜ୍ଞାନସ୍ୱରୂପ । ତାହାଙ୍କୁ 'ପ୍ରେମସମ୍ପନ୍ନ' କୁହାଯାଇପାରେ ନାହିଁ, କାରଣ ସେ ସ୍ୱୟଂ ପ୍ରେମସ୍ୱରୂପ । ଆତ୍ମା ଅସ୍ତିତ୍ୱବାନ୍ ଜ୍ଞାନଯୁକ୍ତ ଅଥବା ପ୍ରେମମୟ—ଏପରି କହିବା ଭୁଲ । ପ୍ରେମ, ଜ୍ଞାନ ଓ ଅସ୍ତିତ୍ୱ ପୁରୁଷଙ୍କର ଗୁଣ ନୁହେଁ, ଏଗୁଡ଼ିକ ତାଙ୍କର ସ୍ୱରୂପ । ଯେତେବେଳେ ଏଗୁଡ଼ିକ କୌଣସି ବସ୍ତୁ ଉପରେ ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ସେହି ବସ୍ତୁର ଗୁଣ କୁହାଯାଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ଏଗୁଡ଼ିକ ପୁରୁଷଙ୍କର ଗୁଣ ନୁହନ୍ତି, ଏଗୁଡ଼ିକ ସେହି ମହାନ୍ ଆତ୍ମାଙ୍କର—ଅନନ୍ତ ପୁରୁଷଙ୍କର ସ୍ୱରୂପ—ତାଙ୍କର ଜନ୍ମ ନାହିଁ, ମୃତ୍ୟୁ ନାହିଁ, ସେ ନିଜ ମହିମାରେ ବିରାଜମାନ କରୁଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ସେ ସ୍ୱରୂପକୁ ଭୁଲି ଏତେ ଦୂର ଅଧଃପତିତ ହୋଇଛନ୍ତି ଯେ, ଯଦି ତୁମେ ତାଙ୍କ ନିକଟକୁ ଯାଇ କହ, 'ତୁମେ ଶୂକର ନୁହଁ', ସେ ଚିତ୍କାର କରିବେ ଓ ତୁମକୁ କାମୁଡ଼ିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିବେ ।

ମାୟା ମଧ୍ୟରେ—ଏହି ସ୍ୱପ୍ନମୟ ଜଗତ ମଧ୍ୟରେ ଆମମାନଙ୍କର ମଧ୍ୟ ସେହି ଦଶା ହୋଇଅଛି । ଏଠାରେ କେବଳ ରୋଦନ, କେବଳ ଦୁଃଖ, କେବଳ ହାହାକାର—ଏଠାରେ କୋଟୋଟି ସୁବର୍ଣ୍ଣଗୋଲକ ଗଡ଼ାଇ ଦିଆହୋଇଛି ଆଉ ସମଗ୍ର ଜଗତ ତାହା ପାଇବା ପାଇଁ ପ୍ରତିଯୋଗିତା କରୁଛି । ତୁମେ କୌଣସି ନିୟମରେ କେବେ ବଦ୍ଧ ନ ଥିଲ । ପ୍ରକୃତିର ବନ୍ଧନ ତୁମଠାରେ କସ୍ମିନ୍‌କାଳେ ନାହିଁ । ଯୋଗୀ ତୁମକୁ ଏହା ହିଁ ଶିକ୍ଷା ଦେଇଥାଆନ୍ତି, ଧୈର୍ଯ୍ୟ ସହିତ ଏହା ଶିକ୍ଷା କର । ଯୋଗୀ ତୁମକୁ ବୁଝାଇଦେବେ, କିପରି ଏହି ପ୍ରକୃତି ସହିତ ଯୁକ୍ତ ହୋଇ, ମନ ଓ ଜଗତ ସହିତ ଏକ ହୋଇ ପୁରୁଷ ନିଜକୁ ଦୁଃଖୀ ଭାବୁଅଛି । ଯୋଗୀ ଆହୁରି କହନ୍ତି, ଅଭିଜ୍ଞତା ଅର୍ଜନ ମଧ୍ୟଦେଇ ଏହି ଦୁଃଖମୟ ସଂସାରରୁ ଅବ୍ୟାହତି ପାଇବା ସମ୍ଭବ ହୁଏ । ଅଭିଜ୍ଞତା ଲାଭ କରିବାକୁ ହେବ ନିଶ୍ଚୟ, ତେବେ ଯେତେ ଚଞ୍ଚଳ ତାହା ଶେଷ କରାଯାଏ, ସେତେ ମଙ୍ଗଳ । ଆମେମାନେ ନିଜେ ଏହି ଜାଲରେ ପଡ଼ିଛୁ, ଆମମାନଙ୍କୁ ଏହାର ବାହାରକୁ ଯିବାକୁ ହେବ । ଆମେ ନିଜେ ହିଁ ଏହି ଫାଶରେ ଗୋଡ଼ ଦେଇଛୁ, ନିଜ ଚେଷ୍ଟାରେ ହିଁ ଆମମାନଙ୍କୁ ଏଥିରୁ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିବାକୁ ହେବ । ଅତଏବ ଏହି ପତିପତ୍ନୀପ୍ରେମ, ବନ୍ଧୁପ୍ରୀତି ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଯେଉଁ ସକଳ କ୍ଷୁଦ୍ରକ୍ଷୁଦ୍ର ସ୍ନେହ-ଭଲପାଇବାର ଆକାଙ୍‌କ୍ଷା ଅଛି, ସମସ୍ତ ହିଁ ଭୋଗ କରିପକାଅ । ଯଦି ନିଜର ସ୍ୱରୂପ ସର୍ବଦା ସ୍ମରଣ ଥାଏ, ତାହାହେଲେ ତୁମେ ଶୀଘ୍ର ନିର୍ବିଘ୍ନରେ ଏଥିରୁ ଉତ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯିବ । କେବେହେଲେ ଭୁଲ ନାହିଁ—ଏହି ଅବସ୍ଥା ଅତି ଅଳ୍ପ କ୍ଷଣ ପାଇଁ ଏବଂ ଆମମାନଙ୍କୁ ଏହା ମଧ୍ୟଦେଇ ଯିବାକୁ ହିଁ ହେବ । ଅଭିଜ୍ଞତା ଆମମାନଙ୍କର ଏକମାତ୍ର ମହାନ୍ ଶିକ୍ଷକ; କିନ୍ତୁ ଏହି ସୁଖଦୁଃଖଗୁଡ଼ିକ କେବଳ ସାମୟିକ ଅଭିଜ୍ଞତା ବୋଲି ଯେପରି ମନେଥାଏ । ଏଗୁଡ଼ିକ ଆପେ ଆପେ ଆମମାନଙ୍କୁ ଏପରି ଏକ ଅବସ୍ଥାକୁ ନେଇଯିବେ, ଯେଉଁଠାରେ ଜଗତର ସମସ୍ତ ବସ୍ତୁ ଅତି ତୁଚ୍ଛ ହୋଇଯିବ; ପୁରୁଷ ସେତେବେଳେ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ବିରାଟ ରୂପେ ପରିଣତ ହେବେ, ସମଗ୍ର ଜଗତ ସେତେବେଳେ ଯେପରି ସମୁଦ୍ରର ଏକ ବିନ୍ଦୁ ଜଳ ସଦୃଶ ମନେ ହେବ ଏବଂ ତାହା ନିଜେ ହିଁ ଶୂନ୍ୟରେ ଲୀନ ହୋଇଯିବ । ବିଭିନ୍ନ ଅଭିଜ୍ଞତା ମଧ୍ୟଦେଇ ଆମମାନଙ୍କୁ ଯିବାକୁ ହିଁ ହେବ; କିନ୍ତୁ ଆମେ ଯେପରି ଆମମାନଙ୍କର ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟ କେବେହେଲେ ବିସ୍ମୃତ ନ ହେଉ ।

ବିଶେଷାବିଶେଷ ଲିଙ୍ଗମାତ୍ରାଲିଙ୍ଗାନି ଗୁଣପର୍ବାଣି ॥୧୯॥

—ଗୁଣର ଏହି କେତୋଟି ଅବସ୍ଥା ଅଛି, ଯଥା—ବିଶେଷ, ଅବିଶେଷ, ଚିହ୍ନମାତ୍ର (ମହତ୍) ଓ ଚିହ୍ନଶୂନ୍ୟ (ପ୍ରକୃତି) ।

ମୁଁ ଆପଣମାନଙ୍କୁ ପୂର୍ବବର୍ତ୍ତୀ ଭାଷଣଗୁଡ଼ିକରେ କହିଅଛି ଯେ ଯୋଗଶାସ୍ତ୍ର ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନ ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ; ଏଠାରେ ପୁନର୍ବାର ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନର ଜଗତସୃଷ୍ଟି-ପ୍ରକରଣ ଆପଣମାନଙ୍କୁ ସ୍ମରଣ କରାଇଦେବି । ସାଂଖ୍ୟମତରେ ପ୍ରକୃତି ହିଁ ଜଗତର ନିମିତ୍ତ ଓ ଉପାଦାନ କାରଣ । ଏହି ପ୍ରକୃତିରେ ପୁଣି ତ୍ରିବିଧ ଉପାଦାନ ଅଛି, ଯଥା—ସତ୍ତ୍ୱ, ରଜଃ ଓ ତମଃ । ତମଃ ଉପାଦାନଟି ଅନ୍ଧକାର, ଯାହା କିଛି ଅଜ୍ଞାନାତ୍ମକ ଓ ଗୁରୁପଦାର୍ଥ ସମସ୍ତ ହିଁ ତମୋମୟ । ରଜଃ କ୍ରିୟାଶକ୍ତି । ସତ୍ତ୍ୱ ଶାନ୍ତଭାବ—ପ୍ରକାଶସ୍ୱଭାବ । ସୃଷ୍ଟି ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରକୃତି ଯେଉଁ ଅବସ୍ଥାରେ ଥାଏ, ତାହାକୁ କୁହାଯାଏ 'ଅବ୍ୟକ୍ତ'—ଅବିଶେଷ ବା ଅବିଭକ୍ତ; ଏହାର ଅର୍ଥ—ଯେଉଁ ଅବସ୍ଥାରେ ନାମରୂପର ବିଭାଗ ନାହିଁ, ଯେଉଁ ଅବସ୍ଥାରେ ଏହି ତିନୋଟି ପଦାର୍ଥ ଠିକ୍ ସାମ୍ୟଭାବେ ଥାଏ । ତା'ପରେ ଏହି ସାମ୍ୟାବସ୍ଥା ନଷ୍ଟ ହୁଏ, ଏହି ତିନି ଉପାଦାନ ବିବିଧଭାବରେ ପରସ୍ପର ମିଶ୍ରିତ ହେଉଥାଏ, ତାହାରି ଫଳ ଏହି ଜଗତ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଠାରେ ଏହି ତିନୋଟି ଉପାଦାନ ବିରାଜମାନ । ଯେତେବେଳେ ସତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରବଳ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଜ୍ଞାନ ଉଦିତ ହୁଏ; ରଜଃ ପ୍ରବଳ ହେଲେ କ୍ରିୟା ବୃଦ୍ଧି ପାଏ, ପୁଣି ତମଃ ପ୍ରବଳ ହେଲେ ଅନ୍ଧକାର, ଆଳସ୍ୟ ଓ ଅଜ୍ଞାନ ଆମମାନଙ୍କୁ ଆଚ୍ଛନ୍ନ କରେ । ସାଂଖ୍ୟମତାନୁସାରେ ତ୍ରିଗୁଣମୟୀ ପ୍ରକୃତିର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ପ୍ରକାଶ 'ମହତ୍' ଅଥବା ବୁଦ୍ଧି ତତ୍ତ୍ୱ—ତାହାକୁ ସମଷ୍ଟି ବୁଦ୍ଧି କୁହାଯାଏ; ବ୍ୟଷ୍ଟି ମନୁଷ୍ୟବୁଦ୍ଧି ତାହାରି ହିଁ ଗୋଟିଏ ଅଂଶମାତ୍ର । ସାଂଖ୍ୟ ମନୋବିଜ୍ଞାନରେ 'ମନ' ଓ 'ବୁଦ୍ଧି' ମଧ୍ୟରେ ବିଶେଷ ପ୍ରଭେଦ ଅଛି । ମନର କାର୍ଯ୍ୟ କେବଳ ବିଷୟାଭିଘାତଜନିତ ବେଦନାଗୁଡ଼ିକୁ ସଂଗ୍ରହ କରି ବୁଦ୍ଧି ଅର୍ଥାତ୍ ବ୍ୟଷ୍ଟିମହତ୍‌ର ସମୀପରେ ଉପନୀତ କରିବା । ବୁଦ୍ଧି ଏହି ସକଳ ବିଷୟ ନିଶ୍ଚୟ କରେ । ମହତ୍ତ୍ୱରୁ ଅହଂ-ତତ୍ତ୍ୱ ଓ ଅହଂତତ୍ତ୍ୱରୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୂତର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୁଏ । ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମଭୂତଗୁଡ଼ିକ ପୁନଶ୍ଚ ପରସ୍ପର ମିଳିତ ହୋଇ ଏହି ବାହ୍ୟ ସ୍ଥୂଳଭୂତରୂପେ ପରିଣତ ହୁଏ । ସେଥିରୁ ଏହି ସ୍ଥୂଳ ଜଗତର ଉତ୍ପତ୍ତି; ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନ ମତରେ—ବୁଦ୍ଧିଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଖଣ୍ଡିଏ ପଥର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସବୁକିଛି ଏହି ଗୋଟିଏ ଉପାଦାନରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଅଛି, କେବଳ ସୂକ୍ଷ୍ମତା ସ୍ଥୂଳତା ନେଇ ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରଭେଦ । କାରଣ ସୂକ୍ଷ୍ମ, କାର୍ଯ୍ୟ ସ୍ଥୂଳ । ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନ ମତରେ ପୁରୁଷ ସମଗ୍ର ପ୍ରକୃତିର ବାହାରେ—ସେ ଜଡ଼ ନୁହନ୍ତି । ବୁଦ୍ଧି, ମନ, ତନ୍ମାତ୍ର ଅଥବା ସ୍ଥୂଳଭୂତ କୌଣସିଟିର ସଦୃଶ ନୁହନ୍ତି । ସେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପୃଥକ୍, ତାଙ୍କର ସ୍ୱରୂପ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭିନ୍ନ । ଏଥିରୁ ସେମାନେ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ କରନ୍ତି ଯେ, ପୁରୁଷ ଅବଶ୍ୟ ହିଁ ମୃତ୍ୟୁରହିତ; କାରଣ ସେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ମିଶ୍ରଣରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ନୁହନ୍ତି । ଯାହା ମିଶ୍ରଣରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ନୁହେଁ, ତାହାର କେବେହେଲେ ବିନାଶ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଏହି ପୁରୁଷ ବା ଆତ୍ମା-ସମୂହଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଅସୀମ ।

ଏବେମାନ ଆମେ ଏହି ସୂତ୍ରଟିର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ବୁଝିପାରିବୁ । 'ବିଶେଷ' ଅର୍ଥରେ ସ୍ଥୂଳଭୂତ- ଯେଉଁଗୁଡ଼ିକୁ ଆମେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଦ୍ୱାରା ଉପଲବ୍ଧ କରିପାରୁ । 'ଅବିଶେଷ' ଅର୍ଥରେ ସୂକ୍ଷ୍ମଭୂତ- ତନ୍ମାତ୍ର ଏହି ତନ୍ମାତ୍ରକୁ ସାଧାରଣ ମନୁଷ୍ୟ ଉପଲବ୍ଧ କରିପାରେ ନାହିଁ । ପତଞ୍ଜଳି କହନ୍ତି, 'ଯଦି ତୁମେ ଯୋଗାଭ୍ୟାସ କର, କିଛି ଦିନ ପରେ ତୁମର ଅନୁଭବ-ଶକ୍ତି ଏତେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ହେବ ଯେ, ତୁମେ ତନ୍ମାତ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ବାସ୍ତବିକ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିବ ।' ତୁମେମାନେ ଶୁଣିଅଛ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିଚାରିଆଡ଼େ ଏକ ପ୍ରକାର ଜ୍ୟୋତି ଅଛି, ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାଣୀ ଭିତରୁ ସର୍ବଦା ଏକ ପ୍ରକାରଲୋକ ବାହାରୁଅଛି । ପତଞ୍ଜଳି କହନ୍ତି, କେବଳ ଯୋଗୀ ହିଁ ଏହା ଦେଖିପାରନ୍ତି ।

ଆମେ ସମସ୍ତେ ତାହା ଦେଖିପାରୁ ନାହୁଁ, କିନ୍ତୁ ପୁଷ୍ପରୁ ଯେପରି ସର୍ବଦା ସୂକ୍ଷ୍ମ କଣା ନିର୍ଗତ ହୁଏ, ଯେଉଁଗୁଡ଼ିକଦ୍ୱାରା ଆମେ ଏହାର ଘ୍ରାଣ ପାଉ, ସେହିପରି ଆମମାନଙ୍କ ଶରୀରରୁ ସର୍ବଦା ହିଁ ଏହି ତନ୍ମାତ୍ରସକଳ ବାହାରୁଅଛି । ପ୍ରତ୍ୟେହ ଆମ ଶରୀରରୁ ଶୁଭ ବା ଅଶୁଭ ଶକ୍ତି ଓ ଭାବରାଶି ବାହାରୁଅଛି ଏବଂ ଆମେ ଯେଉଁଠାକୁ ଯାଉ, ସେଠାରେ ମଧ୍ୟ ପରିବେଶ ଏହି ତନ୍ମାତ୍ରରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଥାଏ । ଏହାର ପ୍ରକୃତ ରହସ୍ୟ ନ ଜାଣିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହି ଭାବରେ ନିଜର ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ମନୁଷ୍ୟ ମନରେ ମନ୍ଦିର, ଗୀର୍ଜା ଇତ୍ୟାଦି ନିର୍ମାଣ କରିବାର ଭାବ ଆସିଅଛି । ଭଗବାନଙ୍କୁ ଉପାସନା କରିବା ପାଇଁ ମନ୍ଦିର ନିର୍ମାଣର କଅଣ ପ୍ରୟୋଜନ ଥିଲା ? ଯେକୌଣସି ଜାଗାରେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ଉପାସନା କରିବ ନାହିଁ କାହିଁକି ? କାରଣ ନ ଜାଣିଲେ ମଧ୍ୟ ମନୁଷ୍ୟ ବୁଝିଥିଲା ଯେ, ଯେଉଁଠି ଲୋକେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଉପାସନା କରନ୍ତି, ସେ ସ୍ଥାନ ପବିତ୍ର ତନ୍ମାତ୍ରରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯାଏ । ସମସ୍ତେ ପ୍ରତ୍ୟହ ସେଠାକୁ ଯାଆନ୍ତି, ସେଠାକୁ ଯେତେ ଅଧିକ ଯାତାୟାତ କରନ୍ତି, ସେତେ ପବିତ୍ର ହେଉଥାଆନ୍ତି । ଏବଂ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସ୍ଥାନଟି ମଧ୍ୟ ପବିତ୍ରହିଁ ହେଉଥାଏ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ସତ୍ତ୍ୱ ଗୁଣୀ ନୁହନ୍ତି, ସେ ଯଦି ସେଠାକୁ ଯାଆନ୍ତି, ତାଙ୍କଠାରେ ମଧ୍ୟ ସତ୍ତ୍ୱ ଗୁଣର ଉଦ୍ରେକ ହେବ । ଅତଏବ ମନ୍ଦିର ଓ ତୀର୍ଥାଦି କାହିଁକି ପବିତ୍ର ବୋଲି ଗଣ୍ୟ ହୁଏ, ତାହାର କାରଣ ବୁଝାଗଲା । କିନ୍ତୁ ଏହା ସର୍ବଦା ସ୍ମରଣ ରଖିବାକୁ ହେବ ଯେ, ସାଧୁ ଲୋକଙ୍କ ସମାଗମ ଉପରେ ସେହି ସ୍ଥାନର ପବିତ୍ରତା ନିର୍ଭର କରେ । କିନ୍ତୁ ଅସୁବିଧାଏହି ଯେ, ମନୁଷ୍ୟ ମୂଳ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଭୁଲିଯାଏ—ଘୋଡ଼ା ଆଗରେ ଗାଡ଼ିଟିକୁ ବାନ୍ଧିଦିଏ । ପ୍ରଥମ ମନୁଷ୍ୟ ହିଁ ଏହି ସ୍ଥାନଗୁଡ଼ିକୁ ପବିତ୍ର କରିଥିଲା । ତା'ପରେ ସେହି ସ୍ଥାନର ପବିତ୍ରତା କାରଣ ହୋଇ ଅନ୍ୟକୁ ପବିତ୍ର କରୁଥିଲା । ଯଦି ସେ ସ୍ଥାନକୁ ସର୍ବଦା ଅସାଧୁ ଲୋକେ ଯାତାୟତ କରନ୍ତି, ତା'ହେଲେ ସେହି ସ୍ଥାନ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସ୍ଥାନ ଭଳି ଅପବିତ୍ର ହୋଇଯିବ । ଲୋକଙ୍କରଗୁଣ ହେତୁ ମନ୍ଦିର ପବିତ୍ର ବୋଲି ଗଣ୍ୟ ହୁଏ; କିନ୍ତୁ ଏହା ଆମେ ସର୍ବଦା ଭୁଲିଯାଉ । ଏହି କାରଣ ହେତୁ ସତ୍ତ୍ୱ ଗୁଣସମ୍ପନ୍ନ ସାଧୁ ଓ ମହାତ୍ମାଗଣ ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ଏହି ସତ୍ତ୍ୱ ଗୁଣ ବିକୀରଣ କରି ସେମାନଙ୍କର ଚତୁଷ୍ପାର୍ଶ୍ୱସ୍ଥ ଲୋକଙ୍କ ଉପରେ ଦିନରାତି ପ୍ରବଳ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିପାରନ୍ତି ମନୁଷ୍ୟ ଏତେ ପବିତ୍ର ହୋଇପାରେ ଯେ, ତାହାର ପବିତ୍ରତା ଯେପରି ସ୍ପର୍ଶ କରି ହୁଏ ସାଧୁଙ୍କ ଶରୀର ପବିତ୍ର, ସେ ଯେଉଁଠି ବିଚରଣ କରନ୍ତି, ସେହିଠାରେ ହିଁ ପବିତ୍ରତା ବିଚ୍ଛୁରିତ ହୁଏ । ଯେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ତାଙ୍କ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସନ୍ତି, ସେ ମଧ୍ୟ ପବିତ୍ର ହୋଇଯାଆନ୍ତି

ବର୍ତ୍ତମାନ 'ଲିଙ୍ଗମାତ୍ରର' ଅର୍ଥ କଅଣ ଦେଖାଯାଉ । 'ଲିଙ୍ଗମାତ୍ର' ବୁଦ୍ଧି ବୁଝାଏ; ଏହା ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରଥମ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି, ସେଥିରୁ ହିଁ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସମୁଦାୟ ବସ୍ତୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ ହୋଇଅଛି । ଗୁଣର ଶେଷ ଅବସ୍ଥାଟିର ନାମ 'ଅଲିଙ୍ଗ' ବା ଚିହ୍ନଶୂନ୍ୟ । ଏହିଠାରେ ହିଁ ଆଧୁନିକଜ୍ଞାନ ଓ ଧର୍ମଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ବିଶେଷ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦେଖାଯାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଧର୍ମରେ ଏହି ଭାବଟିଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ଯେ, ଏହି ଜଗତ ଚୈତନ୍ୟଶକ୍ତିରୁ ହିଁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଅଛି । ଈଶ୍ୱର ଆମମାନଙ୍କ ପରି ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷ କି ନା, ଏ ବିଚାର ଛାଡ଼ିଦେଇ କେବଳ ମନୋବିଜ୍ଞାନ ଦିଗରୁ ଦେଖିଲେ ଈଶ୍ୱରବାଦର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ଏହି ଯେ, ଚୈତନ୍ୟ ହିଁ ସୃଷ୍ଟିର ଆଦି ବସ୍ତୁ ଏବଂ ସେଥିରୁ ସ୍ଥୂଳଭୂତର ପ୍ରକାଶ ହୋଇଅଛି । କିନ୍ତୁ ଆଧୁନିକ ଦାର୍ଶନିକ ପଣ୍ଡିତମାନେ କହନ୍ତି—ଚୈତନ୍ୟ ସୃଷ୍ଟିର ଶେଷ ବସ୍ତୁ । ସେମାନଙ୍କର ମତ ଏହି ଯେ, ଅଚେତନ ଜଡ଼ବସ୍ତୁସକଳ ଧୀରେ ଧୀରେ ଜୀବଜନ୍ତୁରେ ପରିଣତ ହୋଇଅଛି, ଏହି ଜୀବଜନ୍ତୁ କ୍ରମଶଃ ଉନ୍ନତ ହୋଇ ମନୁଷ୍ୟରୂପେ ବିକଶିତ ହୋଇଅଛି ।

ସେମାନେ କହନ୍ତି, ଜଗତର ସମଗ୍ର ବସ୍ତୁ ଯେ ଚୈତନ୍ୟରୁ ପ୍ରସୂତ ହୋଇଅଛି ତାହା ନୁହେଁ, ବରଂ ଚୈତନ୍ୟ ହିଁ ସୃଷ୍ଟିର ସର୍ବଶେଷ ବସ୍ତୁ । ଧର୍ମ ଓ ବିଜ୍ଞାନର ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଆପାତତଃ ବିରୁଦ୍ଧ ବୋଲି ମନେହେଲେ ମଧ୍ୟ ଦୁଇଟି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ହିଁ ସତ୍ୟ, ଗୋଟିଏ ଅନନ୍ତ ଶୃଙ୍ଖଳର ଯେପରି ଦୁଇଟି ଧାପ—ଯେପରି କ-ଖ-କ-ଖ-କ-ଖ ଇତ୍ୟାଦି; ପ୍ରଶ୍ନ ଏହି, ଏହା ମଧ୍ୟରେ 'କ' ଆଦିରେ ଅଥବା 'ଖ' ଆଦିରେ ? ଯଦି ତୁମ ଏହି ଶୃଙ୍ଖଳଟିକୁ କ-ଖ ଏହିରୂପେ ଗ୍ରହଣ କର, ତାହାହେଲେ ଅବଶ୍ୟ 'କ'କୁ ପ୍ରଥମେ କହିବାକୁ ହେବ; କିନ୍ତୁ ଯଦି ତୁମେ ତାହାକୁ ଖ-କ ଏହି ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କର, ତା'ହେଲେ 'ଖ' କୁ ହିଁ ପ୍ରଥମେ କହିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଆମେ ଯେଉଁ ପଟରୁ ଦେଖୁଛୁ, ତାହା ଉପରେ ହିଁ ଏହା ନିର୍ଭର କରେ । ଚୈତନ୍ୟ ପରିଣାମପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ସ୍ଥୂଳଭୂତାକାର ଧାରଣ କରେ, ସ୍ଥୂଳଭୂତ ପୁଣି ଚୈତନ୍ୟରେ ପରିଣତ ହୁଏ, ଏହି ଭାବରେ ହିଁ ଚାଲୁଥାଏ । ସାଂଖ୍ୟ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଧର୍ମାଚାର୍ଯ୍ୟଗଣ ଚୈତନ୍ୟକୁ ଅଗ୍ରେ ସ୍ଥାପନ କରନ୍ତି । ସେଥିରେ ଏ ଶୃଙ୍ଖଳ ଏହି ଆକାର ଧାରଣ କରେ । ଯଥା—ପ୍ରଥମେ ଚୈତନ୍ୟ, ପରେ ଜଡ଼ । ବୈଜ୍ଞାନିକ ଜଡ଼କୁ ଗ୍ରହଣ କରି କହନ୍ତି, 'ପ୍ରଥମେ ଜଡ଼, ପରେ ଚୈତନ୍ୟ' ଉଭୟେ ହିଁ ସେହି ଏକ ଶୃଙ୍ଖଳର କଥା କହୁଛନ୍ତି । ଭାରତୀୟ ଦର୍ଶନ କିନ୍ତୁ ଏହି ଚୈତନ୍ୟ ଓ ଜଡ଼ ଉଭୟଙ୍କର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ପୁରୁଷ ବା ଆତ୍ମାକୁ ଦେଖିପାରନ୍ତି । ଏହି ଆତ୍ମା ବୁଦ୍ଧିର ଅତୀତ, ବୁଦ୍ଧି ତାଙ୍କର ହିଁ ପ୍ରତିଫଳିତ ଆଲୋକ ।

ଦ୍ରଷ୍ଟା ଦୃଶିମାତ୍ରଃ ଶୁଦ୍ଧୋଽପି ପ୍ରତ୍ୟୟାନୁପଶ୍ୟଃ ॥୨୦॥

—ଦ୍ରଷ୍ଟା କେବଳ ଚୈତନ୍ୟ ମାତ୍ର; ଯଦିଓ ସେ ସ୍ୱୟଂ ପବିତ୍ରତାସ୍ୱରୂପ, ତଥାପି ବୁଦ୍ଧି ଭିତର ଦେଇ ସେ ଦେଖିଥାଆନ୍ତି ।

ଏଠାରେ ମଧ୍ୟ ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନର କଥା କୁହାଯାଇଅଛି । ଆମେ ପୂର୍ବରୁ ଦେଖିଅଛୁ, ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନର ଏହି ମତ ଯେ, ନିମ୍ନତମ ବିକାଶରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ବୁଦ୍ଧି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମସ୍ତ ହିଁ ପ୍ରକୃତିର ଅନ୍ତର୍ଗତ; ପୁରୁଷଗଣ ପ୍ରକୃତିର ବାହାରେ, ଏହି ପୁରୁଷଗଣଙ୍କର କୌଣସି ଗୁଣ ନାହିଁ । ତେବେ ଆତ୍ମା ଦୁଃଖୀ ବା ସୁଖୀ ବୋଲି ପ୍ରତୀୟମାନ ହୁଅନ୍ତି କାହିଁକି ? ପ୍ରତିଫଳନଦ୍ୱାରା ଗୋଟିଏ ସ୍ଫଟିକ ନିକଟରେ ଗୋଟିଏ ଲାଲ ଫୁଲ ରଖିଲେ ଏହି ସ୍ଫଟିକଟି ଲାଲ ଦେଖାଯିବ, ସେହିପରି ଆମେ ଯେଉଁ ସୁଖ ବା ଦୁଃଖ ବୋଧ କରୁଛୁ, ତାହା ବାସ୍ତବିକ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ମାତ୍ର; ବାସ୍ତବିକ ଆତ୍ମାରେ ଏ ସକଳ କିଛି ହିଁ ନାହିଁ । ଆତ୍ମା ପ୍ରକୃତିଠାରୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପୃଥକ୍ ବସ୍ତୁ । ପ୍ରକୃତି ଏକ ବସ୍ତୁ, ଆତ୍ମା ଅନ୍ୟ ଏକ ବସ୍ତୁ, ଏ ଦୁଇଟି ଚିରଦିନ ପୃଥକ୍ । ସାଂଖ୍ୟଗଣ କହନ୍ତି ଯେ, (ବୁଦ୍ଧିଜାତ) ଜ୍ଞାନ ଗୋଟିଏ ମିଶ୍ର ପଦାର୍ଥ, ତାହାର ହ୍ରାସବୃଦ୍ଧି ଅଛି, ତାହା ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ, ଶରୀର ପରି ତାହା ମଧ୍ୟ କ୍ରମଶଃ ପରିଣାମ ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ । ଶରୀରର ଯେଉଁ ସକଳ ଧର୍ମ, ସେଥିରେ ମଧ୍ୟ ସେ ସକଳ ଧର୍ମ ବିଦ୍ୟମାନ । ଶରୀର ପକ୍ଷରେ ନଖ ଯେପରି, ଏହି ଜ୍ଞାନ ପକ୍ଷରେ ଦେହ ମଧ୍ୟ ସେହିପରି । ନଖ ଶରୀରର ଗୋଟିଏ ଅଂଶ, ତାହାକୁ ଶତ ଶତ ବାର କାଟି ପକାଇଲେ ମଧ୍ୟ ଶରୀର ବଞ୍ଚି ରହେ । ସେହିପରି ଏହି ଶରୀର ବହୁବାର ପରିତ୍ୟକ୍ତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ (ବୁଦ୍ଧିଜାତ) ଜ୍ଞାନ ଯୁଗଯୁଗାନ୍ତର ଧରି ରହିବ । କିନ୍ତୁ ତାହାହେଲେ ମଧ୍ୟ ଏହି ଜ୍ଞାନ କେବେହେଲେ ଅବିନାଶୀ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ, କାରଣ ତାହା ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ, ତାହାର ହ୍ରାସବୃଦ୍ଧି ଅଛି । ଆଉ ଯାହା କିଛି ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ, ତାହା କେବେହେଲେ ଅବିନାଶୀ ହୋଇପାରେ

ନାହିଁ । ଏହି ଜ୍ଞାନ ଅବଶ୍ୟ ହିଁ ଜନ୍ୟପଦାର୍ଥ । ପୁଣି ଏଥିରୁ ବୁଝାଯାଉଅଛି, ଅନ୍ୟ ଆଉ ଗୋଟିଏ ପଦାର୍ଥ ଅଛି । ଜନ୍ୟପଦାର୍ଥ କେବେହେଲେ ମୁକ୍ତ-ସ୍ୱଭାବ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ ସବୁକିଛି ହିଁ ପ୍ରକୃତିର ଅନ୍ତର୍ଗତ, ସୁତରାଂ ଚିରକାଳ ପାଇଁ ବଦ୍ଧ । ତେବେ ମୁକ୍ତ କିଏ ? ଯିଏ କାର୍ଯ୍ୟ-କାରଣ-ସମ୍ବନ୍ଧର ଅତୀତ, ସେ ହିଁ ପ୍ରକୃତ ମୁକ୍ତ । ତୁମେ ଯଦି କହ, ମୁକ୍ତଭାବଟି ଭ୍ରମାତ୍ମକ-ମୁଁ କହିବି, ବନ୍ଧନର ଭାବଟି ମଧ୍ୟ ଭ୍ରମାତ୍ମକ । ଆମମାନଙ୍କ ଜ୍ଞାନରେ ଏହି ଦୁଇ ଭାବ ହିଁ ସଦା ବିରାଜିତ, ପରସ୍ପର ଆଶ୍ରିତ—ଗୋଟିଏ ନ ଥିଲେ ଅନ୍ୟଟି ରହିପାରେ ନାହିଁ । ବନ୍ଧନ ଓ ମୁକ୍ତି ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଏହା ହିଁ ଆମର ଧାରଣା । ଯଦି କାନ୍ଥ ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଯିବାକୁ ଚାହୁଁ ଆମମାନଙ୍କ ମୁଣ୍ଡ କାନ୍ଥରେ ଧକ୍କା ଖାଏ; ତା'ହେଲେ ବୁଝିଲୁ, ଆମେ ଏହି କାନ୍ଥଦ୍ୱାରା ସୀମାବଦ୍ଧ । ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ବୁଝିଲୁ ଆମର ଗୋଟିଏ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ଅଛି—ଏବଂ ମନେକଲେ ଏହି ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିକୁ ଆମେ ଯେଉଁଠାକୁ ଇଚ୍ଛା ପରିଚାଳିତ କରିପାରୁ । ପ୍ରତିପଦରେ ଏହି ବିରୋଧୀ ଭାବ ଦୁଇଟି ଆମ ସମ୍ମୁଖକୁ ଆସୁଅଛି । ଆମମାନଙ୍କୁ ବିଶ୍ୱାସ କରିବାକୁ ହେବ ଯେ ଆମେ ମୁକ୍ତ; କିନ୍ତୁ ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଦେଖୁଅଛୁ, ଆମେ ମୁକ୍ତ ନୋହୁଁ । ଦୁଇଟି ଭାବ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ଯଦି ଭ୍ରମାତ୍ମକ ହୁଏ, ତେବେ ଅପରଟି ମଧ୍ୟ ଭ୍ରମାତ୍ମକ ହେବ । ଆଉ ଗୋଟିଏ ଯଦି ସତ୍ୟ ହୁଏ, ତେବେ ଅପରଟି ମଧ୍ୟ ସତ୍ୟ ହେବ; କାରଣ ଉଭୟ ହିଁ ଅନୁଭବରୂପକ ଗୋଟିଏ ଭିତ୍ତି ଉପରେ ସ୍ଥାପିତ । ଯୋଗୀ କହନ୍ତି, ଏହି ଦୁଇଟି ଭାବ ହିଁ ସତ୍ୟ । ବୁଦ୍ଧି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଧରିଲେ ଆମେ ବଦ୍ଧ, କିନ୍ତୁ ଆତ୍ମା ଭାବରେ ଆମେ ମୁକ୍ତ । ମନୁଷ୍ୟର ପ୍ରକୃତ ସ୍ୱରୂପ-ଆତ୍ମା ବା ପୁରୁଷ—କାର୍ଯ୍ୟକାରଣଶୃଙ୍ଖଳର ବାହାରେ । ଏହି ଆତ୍ମାର ମୁକ୍ତ ସ୍ୱଭାବଟି ଜଡ଼ର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ସ୍ତର ମଧ୍ୟ ଦେଇ ବୁଦ୍ଧି, ମନ ଇତ୍ୟାଦି ନାନା ରୂପରେ ପ୍ରକାଶିତ ହେଉଅଛି । ଆତ୍ମାର ଜ୍ୟୋତିଃ ସକଳ ପଦାର୍ଥ ମଧ୍ୟ ଦେଇ ପ୍ରକାଶିତ ହେଉଅଛି । ବୁଦ୍ଧିର ନିଜର କୌଣସି ଆଲୋକ ନାହିଁ । ମସ୍ତିଷ୍କରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଇନ୍ଦ୍ରିୟର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ କେନ୍ଦ୍ର ଅଛି । ସବୁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟର ଯେ ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର କେନ୍ଦ୍ର, ତାହା ନୁହେଁ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ଇନ୍ଦ୍ରିୟର କେନ୍ଦ୍ର ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ । ତେବେ ଆମମାନଙ୍କର ଏହି ଅନୁଭୂତିଗୁଡ଼ିକ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଲାଭ କରେ କିପରି ? କେଉଁଠି ସେମାନେ ଏକତ୍ୱ ଲାଭ କରନ୍ତି ? ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଯଦି ସେମାନେ ଏହି ଏକତ୍ୱଲାଭ କରନ୍ତେ, ତା'ହେଲେ ଚକ୍ଷୁ, କର୍ଣ୍ଣ, ନାସିକା ପ୍ରଭୃତି ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକର ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର କେନ୍ଦ୍ର ଥାଆନ୍ତା । କିନ୍ତୁ ଆମେ ନିଶ୍ଚିତଭାବେ ଜାଣୁ ଯେ, ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ପାଇଁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ କେନ୍ଦ୍ର ଅଛି । ମନୁଷ୍ୟ କିନ୍ତୁ ଏକ ସମୟରେ ହିଁ ଦେଖି ଓ ଶୁଣିପାରେ । ଏଥିରୁ ବୋଧ ହେଉଅଛି ଯେ, ଏହି ବୁଦ୍ଧିର ପଶ୍ଚାତ୍‌ରେ ଗୋଟିଏ ଏକତ୍ୱ ଅବଶ୍ୟ ରହିଛି । ବୁଦ୍ଧିର ମସ୍ତିଷ୍କ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ; କିନ୍ତୁ ଏହି ବୁଦ୍ଧିର ପଶ୍ଚାତ୍‌ରେ ମଧ୍ୟ ପୁରୁଷ ରହିଅଛନ୍ତି । ସେ ହିଁ ଏକତ୍ୱସ୍ୱରୂପ । ତାଙ୍କ ନିକଟକୁ ଯାଇ ସମୁଦାୟ ବେଦନା ଓ ଅନୁଭୂତି ମିଳିତ ହୁଏ ଓ ଏକୀଭାବ ଧାରଣ କରେ । ଆତ୍ମା ହିଁ ସେହି କେନ୍ଦ୍ର, ଯେଉଁଠି ସମୁଦାୟ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଇନ୍ଦ୍ରିୟାନୁଭୂତି ମିଳିତ ଓ ଏକୀଭୂତ ହୁଏ । ସେହି ଆତ୍ମା ମୁକ୍ତସ୍ୱଭାବ । ଏହି ଆତ୍ମାର ମୁକ୍ତସ୍ୱଭାବ ହିଁ ତୁମକୁ ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ କହୁଅଛି, ତୁମେ ମୁକ୍ତ । କିନ୍ତୁ ତୁମେ ଭୁଲ କରୁଛ । ସେହି ମୁକ୍ତ ସ୍ୱଭାବକୁ ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ବୁଦ୍ଧି ଓ ମନ ସହିତ ମିଶ୍ରିତ କରି ପକାଉଛ । ତୁମେ ସେହି ମୁକ୍ତସ୍ୱଭାବକୁ ବୁଦ୍ଧିରେ ଆରୋପ କରିବାର ଚେଷ୍ଟା କରୁଅଛ । ଅର୍ଥାତ୍ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ଦେଖିବାକୁ ପାଉଛ ଯେ, ବୁଦ୍ଧି ମୁକ୍ତସ୍ୱଭାବ ନୁହେଁ । ତୁମେ ସେତେବେଳେ ସେହି ମୁକ୍ତସ୍ୱଭାବକୁ ଦେହରେ ଆରୋପ କରିଥାଅ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତି ତୁମକୁ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍

କହିଦିଅନ୍ତି, ତୁମେ ପୁଣି ଭୁଲ କରୁଛ। ଏଥିପାଇଁ ଏକ ସମୟରେ ଆମଠାରେ ମୁକ୍ତି ଓ ବନ୍ଧନର ମିଶ୍ରିତ ଅନୁଭୂତି ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ। ଯୋଗୀ ମୁକ୍ତ ଓ ବଦ୍ଧ, ଉଭୟ ଅବସ୍ଥାରେ ହିଁ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରନ୍ତି ଏବଂ ତାଙ୍କର ଅଜ୍ଞାନାନ୍ଧକାର ଦୂର ହୁଏ। ସେ ବୁଝିପାରନ୍ତି ଯେ, ପୁରୁଷ ହିଁ ମୁକ୍ତ, ଜ୍ଞାନଘନ—ବୁଦ୍ଧିରୂପକ ଉପାଧି ମଧ୍ୟ ଦେଇ ସେ ଏହି ସାନ୍ତ (ସୀମାବଦ୍ଧ) ଜ୍ଞାନରୂପେ ପ୍ରକାଶ ପାଉଛନ୍ତି, ସେହି ହିସାବରେ ହିଁ ସେ ବଦ୍ଧ।

ତଦର୍ଥ ଏବ ଦୃଶ୍ୟସ୍ୟାତ୍ମା ॥୨୧॥

—ଦୃଶ୍ୟର (ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରକୃତିର) ଆତ୍ମା (ସ୍ୱଭାବ, ପ୍ରକୃତି ଓ ତାହାର ବିଭିନ୍ନ ଆକାରରେ ପରିଣାମ) ଚିନ୍ମୟ ପୁରୁଷଙ୍କ (ଭୋଗ ଓ ମୁକ୍ତି) ପାଇଁ।

ପ୍ରକୃତିର ନିଜର କୌଣସି ଶକ୍ତି ନାହିଁ। ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପୁରୁଷ ଉପସ୍ଥିତ ଥାଆନ୍ତି, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାଙ୍କର ଶକ୍ତି ପ୍ରତୀୟମାନ ହୁଏ। ଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ଆଲୋକ ଯେପରି ତାଙ୍କର ନିଜର ନୁହେଁ—ପ୍ରତିଫଳିତ, ପ୍ରକୃତିର ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ତଦ୍ରୂପ। ଯୋଗୀମାନଙ୍କ ମତରେ ପ୍ରକୃତିର ସମଗ୍ର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରକୃତିରୁ ହିଁ ଉତ୍ପନ୍ନ; କିନ୍ତୁ ପୁରୁଷକୁ ମୁକ୍ତ କରିବା ବ୍ୟତୀତ ପ୍ରକୃତିର ନିଜର କୌଣସି ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନାହିଁ।

କୃତାର୍ଥଂ ପ୍ରତି ନଷ୍ଟମପ୍ୟନଷ୍ଟଂ ତଦନ୍ୟସାଧାରଣତ୍ୱାତ୍ ॥୨୨॥

—ଯିଏ ସେହି ପରମପଦ ଲାଭ କରିଅଛନ୍ତି, ତାଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ପ୍ରକୃତି (ବା ଅଜ୍ଞାନ) ନଷ୍ଟ ହେଲେ ହେଁ ତାହା ନଷ୍ଟ ହୁଏ ନାହିଁ; କାରଣ ଅନ୍ୟ ନିମିତ୍ତ ତାହା ରହିଥାଏ।

ଆତ୍ମା ଯେ ପ୍ରକୃତିରୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର, ତାହା ଜଣାଇବା ହିଁ ପ୍ରକୃତିର ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟର ଏକମାତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ। ଯେତେବେଳେ ଆତ୍ମା ଏହା ଜାଣିପାରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ପ୍ରକୃତି ଆଉ ତାହାଙ୍କୁ କୌଣସି ଉପାୟରେ ଆକର୍ଷଣ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ। ଯିଏ ମୁକ୍ତ ହୋଇଛନ୍ତି, ତାଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ସମଗ୍ର ପ୍ରକୃତି ହିଁ ଲୟ ହୋଇଯାଏ। କିନ୍ତୁ ଅନନ୍ତ କୋଟି ଆତ୍ମା ବା ପୁରୁଷ ଚିରକାଳ ହିଁ ରହିବେ, ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରକୃତି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଯିବେ।

ସସ୍ୱାମିଶକ୍ତ୍ୟୋଃ ସ୍ୱରୂପୋପଲବ୍ଧିହେତୁଃ ସଂଯୋଗଃ ॥୨୩॥

—ଦୃଶ୍ୟ ଓ ତାହାର ପ୍ରଭୁ ଦ୍ରଷ୍ଟାଙ୍କ ଶକ୍ତିଦ୍ୱୟର (ଭୋଗ୍ୟତ୍ୱ ଓ ଭୋକ୍ତୃତ୍ୱରୂପ) ସ୍ୱରୂପ ଉପଲବ୍ଧିର ହେତୁ ସଂଯୋଗ।

ଏହି ସୂତ୍ର ଅନୁସାରେ ଆତ୍ମା ଓ ପ୍ରକୃତି ଯେତେବେଳେ ସଂଯୁକ୍ତ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ହିଁ (ଏହି ସଂଯୋଗବଶତଃ) ଉଭୟଙ୍କର (ଯଥାକ୍ରମେ ଦ୍ରଷ୍ଟୃତ୍ୱ ଓ ଦୃଶ୍ୟତ୍ୱ) ଦୁଇ ଶକ୍ତି ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥାଏ। ସେତେବେଳେ ଏହି ଜଗତ—ପ୍ରପଞ୍ଚ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ରୂପେ ବ୍ୟକ୍ତ ହେଉଥାଏ। ଅଜ୍ଞାନ ହିଁ ଏହି ସଂଯୋଗର ହେତୁ। ଆମେ ପ୍ରତିଦିନ ଦେଖିବାକୁ ପାଉଅଛୁ ଯେ, ଆମମାନଙ୍କର ଦୁଃଖ ବା ସୁଖର କାରଣ—ଶରୀର ସହିତ ସଂଯୋଗ। ଯଦି ଆମମାନଙ୍କର ନିଶ୍ଚିତ ଏହି ଜ୍ଞାନ ଥାଆନ୍ତା ଯେ, ମୁଁ ଶରୀର ନୁହେଁ, ତେବେ ମୋର ଶୀତ-ଗ୍ରୀଷ୍ମ ବା ଅନ୍ୟ କିଛିର ଅନୁଭୂତି ରହନ୍ତା ନାହିଁ; ଏ ଶରୀରଟି ଗୋଟିଏ ସଂହତି ମାତ୍ର। ମୋର ଗୋଟିଏ ଦେହ ଅଛି, ତୁମର ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ଦେହ ଅଛି, ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କର ପୁଣି ଗୋଟିଏ ପୃଥକ୍ ଦେହ—ଏପରି କହିବା କେବଳ ରୂପକଥା ମାତ୍ର। ସମଗ୍ର ଜଗତ ଜଡ଼ର ଏକ ମହାସମୁଦ୍ର। ସେହି ମହାସାଗରର ଗୋଟିଏ ବିନ୍ଦୁର ନାମ 'ତୁମେ', ଏକ ବିନ୍ଦୁର ନାମ 'ମୁଁ' ଓ ଆଉ ଗୋଟିଏ ବିନ୍ଦୁର ନାମ 'ସୂର୍ଯ୍ୟ'। ଆମେ ଜାଣୁ, ଏହି ଜଡ଼ରାଶି ସର୍ବଦା ହିଁ ସ୍ଥାନ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରୁଅଛି। ଆଜି ଯାହା

ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କର ଉପାଦାନଭୂତ, କାଲି ତାହା ଆମମାନଙ୍କର ଶରୀରର ଉପାଦାନରେ ପରିଣତ ହୋଇପାରେ ।

ତସ୍ୟ ହେତୁରବିଦ୍ୟା ॥୨୪॥

—ଏହି ସଂଯୋଗର କାରଣ ଅବିଦ୍ୟା ଅର୍ଥାତ୍ ଅଜ୍ଞାନ ।

ଆମେମାନେ ଅଜ୍ଞତାବଶତଃ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଶରୀରରେ ନିଜ ନିଜକୁ ଆବଦ୍ଧ କରି ଦୁଃଖର ପଥ ଅନୁକ୍ତ କରିଅଛୁ । 'ମୁଁ ଶରୀର'—ଏ ଧାରଣା ଗୋଟିଏ କୁସଂସ୍କାର ମାତ୍ର । ଏହି କୁସଂସ୍କାର ହିଁ ଆମମାନଙ୍କୁ ସୁଖୀ ବା ଦୁଃଖୀ କରୁଅଛି । ଅଜ୍ଞାନପ୍ରସୂତ ଏହି କୁସଂସ୍କାରରୁ ଆମେ ଶୀତ-ଉଷ୍ଣ, ସୁଖ, ଦୁଃଖଆଦି ଅନୁଭବ କରୁଅଛୁ । ଆମମାନଙ୍କର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ, ଏହି ସଂସ୍କାରକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବା । କିପରି ତାହାକୁ କାର୍ଯ୍ୟରେ ପରିଣତ କରିବାକୁ ହେବ, ଯୋଗୀ ତାହା ଦେଖାଇଦିଅନ୍ତି । ଏହା ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଅଛି ଯେ, ମନର କୌଣସି ବିଶେଷ ଅବସ୍ଥାରେ ଶରୀର ଦଗ୍ଧ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ମନୁଷ୍ୟ କୌଣସି ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭବ କରିବ ନାହିଁ । ତେବେ ମନର ଏହିପରି ଆକସ୍ମିକ ଉଚ୍ଚାବସ୍ଥା ହୁଏତ ଏକ ନିମିଷ ପାଇଁ ଘୂର୍ଣ୍ଣିବାତ୍ୟା ସଦୃଶ ଆସେ, ପୁଣି ପରକ୍ଷଣରେ ହିଁ ଚାଲିଯାଏ । କିନ୍ତୁ ଯଦି ଆମେ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଯୋଗଦ୍ୱାରା ବୈଜ୍ଞାନିକ ପ୍ରଣାଳୀରେ ଲାଭ କରୁ, ତାହାହେଲେ ଆମେ ସ୍ଥାୟୀ ଭାବରେ ଅନୁଭବ କରିବା—ଶରୀରଠାରୁ ଆତ୍ମା ପୃଥକ୍ ।

ତଦଭାବାଦ୍ ସଂଯୋଗାଭାବୋ ହାନଂ ତଦ୍ଦୃଶେଃ କୈବଲ୍ୟମ୍ ॥୨୫॥

—ଏହି ଅଜ୍ଞାନର ଅଭାବ ହେଲେ ହିଁ ପୁରୁଷପ୍ରକୃତିର ସଂଯୋଗ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । ଏହା ହିଁ ଜ୍ଞାନ (ଅଜ୍ଞାନ-ପରିତ୍ୟାଗ), ଏହା ହିଁ ଦ୍ରଷ୍ଟାଙ୍କର କୈବଲ୍ୟପଦରେ ଅବସ୍ଥିତି ବା ମୁକ୍ତି ।

ଯୋଗଦର୍ଶନ ମତରେ ଆତ୍ମା ଅବିଦ୍ୟାବଶତଃ ପ୍ରକୃତି ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ ହୋଇଅଛନ୍ତି; ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରଭାବରୁ ମୁକ୍ତ ହେବା ହିଁ ଆମମାନଙ୍କର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ଏହା ହିଁ ସକଳ ଧର୍ମର ଏକମାତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଆତ୍ମାମାତ୍ରେ ହିଁ ଅବ୍ୟକ୍ତ ବ୍ରହ୍ମ । ବାହ୍ୟ ଓ ଅନ୍ତଃପ୍ରକୃତିକୁ ବଶୀଭୂତ କରି ଆତ୍ମାର ଏହି ବ୍ରହ୍ମଭାବ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ହିଁ ଜୀବନର ଲକ୍ଷ୍ୟ । କର୍ମ, ଉପାସନା, ମନଃସଂଯମ ଅଥବା ଜ୍ଞାନ, ଏଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରୁ ଏକ, ଏକାଧିକ ବା ସକଳ ଉପାୟଦ୍ୱାରା ଏହି ବ୍ରହ୍ମଭାବ ବ୍ୟକ୍ତ କର ଓ ମୁକ୍ତ ହୁଅ । ଏହା ହିଁ ହେଲା ଧର୍ମର ପୂର୍ଣ୍ଣତା । ମତ, ଅନୁଷ୍ଠାନ-ପଦ୍ଧତି, ଶାସ୍ତ୍ର, ମନ୍ଦିର ବା ବାହ୍ୟ କ୍ରିୟାକଳାପ ଧର୍ମର ଗୌଣ ଅଙ୍ଗ ମାତ୍ର । ଯୋଗୀ ମନଃସଂଯମଦ୍ୱାରା ଏହି ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଉପନୀତ ହେବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରଭାବରୁ ନିଜକୁ ମୁକ୍ତ କରି ନ ପାରିବା, ସେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରକୃତି ଯେପରି ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଏ, କ୍ରୀତଦାସ ପରି ସେହିପରିଭାବରେ ଅଗ୍ରସର ହେବା ପାଇଁ ଆମେ ବାଧ୍ୟ ହେଉ । ଯୋଗୀ କହନ୍ତି, ଯେ ମନକୁ ବଶୀଭୂତ କରିପାରେ, ସେ ଜଡ଼କୁ ମଧ୍ୟ ବଶୀଭୂତ କରିପାରେ । ଅନ୍ତଃପ୍ରକୃତି ବାହ୍ୟପ୍ରକୃତି ଅପେକ୍ଷା ଅନେକ ଉଚ୍ଚତର, ସୁତରାଂ ତାହା ସହିତ ସଂଗ୍ରାମ କରିବା—ତାହାକୁ ଜୟ କରିବା ଅପେକ୍ଷାକୃତ କଠିନ । ଏହି କାରଣ ହେତୁ ଯେ ଅନ୍ତଃପ୍ରକୃତିକୁ ଜୟ କରିଅଛନ୍ତି, ସମଗ୍ର ଜଗତ ତାଙ୍କର ବଶୀଭୂତ, ତାଙ୍କର ଦାସସ୍ୱରୂପ । ପ୍ରକୃତିକୁ ଏହିପରି ବଶୀଭୂତ କରିବାର ଉପାୟ ରାଜଯୋଗରେ ଉପସ୍ଥାପିତ ହୋଇଅଛି । ଆମେମାନେ ବାହ୍ୟ ଜଗତରେ ଯେଉଁ ସକଳ ଶକ୍ତି ସହିତ ପରିଚିତ, ତଦପେକ୍ଷା ଉଚ୍ଚତର ଶକ୍ତିସମୂହ ଆୟତ୍ତକୁ ଆଣିବାକୁ

ହେବ । ଏହି ଶରୀର ମନର ଗୋଟିଏ ବାହ୍ୟ ଆବରଣ ମାତ୍ର । ଶରୀର ଓ ମନ ଯେ ଦୁଇଟି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ବସ୍ତୁ ତାହା ନୁହେଁ, ସେମାନେ ଶାମୁକା ଓ ତାହାର କଠିନ ଆବରଣ ଭଳି । ସେଗୁଡ଼ିକ ଗୋଟିଏ ବସ୍ତୁର ଦୁଇଟି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଅବସ୍ଥା ମାତ୍ର । ଶାମୁକାର ଅଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ପଦାର୍ଥଟି ବାହାରୁ ନାନା ପ୍ରକାର ଉପାଦାନ ଗ୍ରହଣ କରି ଏହି ବାହ୍ୟ ଆଚରଣ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରେ । ଏହି ଭାବରେ ମଧ୍ୟ ମନରୂପକ ଏକ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ସୂକ୍ଷ୍ମ-ଶକ୍ତିସମୂହ ବାହାରୁ ସ୍ଥୂଳ ପଦାର୍ଥ ନେଇ ତାହାଦ୍ୱାରା ଏହି ଶରୀରରୂପକ ବାହ୍ୟ ଆବରଣ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଅଛି । ସୁତରାଂ ଯଦି ଆମେ ଅନ୍ତର୍ଜଗତ ଜୟ କରିପାରୁ, ତେବେ ବାହ୍ୟ ଜଗତ ଜୟ କରିବା ଖୁବ୍ ସହଜ ହେବ । ପୁନଶ୍ଚ ଏହି ଦୁଇ ଶକ୍ତି ଯେ ପରସ୍ପରଠାରୁ ପୃଥକ୍ ତାହା ନୁହେଁ । କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଶକ୍ତି ଯେ ଶାରୀରିକ ଓ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ମାନସିକ, ତାହା ନୁହେଁ । ଯେପରି ଏହି ଦୃଶ୍ୟମାନ ଜଗତ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଜଗତର ସ୍ଥୂଳ ପ୍ରକାଶ ମାତ୍ର, ସେହିପରି ବାହ୍ୟ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶକ୍ତିର ସ୍ଥୂଳ ପ୍ରକାଶ ମାତ୍ର ।

ବିବେକଖ୍ୟାତିରବିପ୍ଲବା ହାନୋପାୟଃ ॥୨୬॥

—ନିରନ୍ତର ଏହି ବିବେକର ଅଭ୍ୟାସ ହିଁ ଅଜ୍ଞାନନାଶର ଉପାୟ ।

ସମୁଦାୟ ସାଧନର ପ୍ରକୃତ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସଦ୍ ଅସଦ୍ ବିବେକ । ଅର୍ଥାତ୍ ଏହା ବିଶେଷ ରୂପେ ଜାଣିବା ଯେ, ପୁରୁଷ ପ୍ରକୃତିଠାରୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର, ପୁରୁଷ ଜଡ଼ ନୁହନ୍ତି, କି ସୂକ୍ଷ୍ମ ମଧ୍ୟ ନୁହନ୍ତି; ପୁନଶ୍ଚ ସେ ପ୍ରକୃତି ନୁହନ୍ତି ବୋଲି ତାଙ୍କର କୌଣସି ପ୍ରକାର ପରିବର୍ତ୍ତନ ମଧ୍ୟ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । କେବଳ ପ୍ରକୃତି ପରିଣତ ହେଉଅଛି, ସର୍ବଦା ତାହାର ସଂଶ୍ଳେଷ, ବିଶ୍ଳେଷ ଓ ପୁନଃସଂଶ୍ଳେଷ ଘଟୁଅଛି । ଯେତେବେଳେ ନିରନ୍ତର ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ଆମେ ଏହି ବିବେକ-ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିବୁ, ସେତେବେଳେ ଆମର ଅଜ୍ଞତା ଚାଲିଯିବ । ସେତେବେଳେ ପୁରୁଷ ସ୍ୱ-ସ୍ୱରୂପରେ ଅର୍ଥାତ୍ ସର୍ବଜ୍ଞ, ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍ ଓ ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ରୂପରେ ପ୍ରତିଭାତ ହେବେ ।

ତସ୍ୟ ସପ୍ତଧା ପ୍ରାନ୍ତଭୂମିଃ ପ୍ରଜ୍ଞା ॥୨୭॥

—ତାଙ୍କର (ଜ୍ଞାନୀଙ୍କର) ବିବେକ ଜ୍ଞାନର ସାତଟି ଉଚ୍ଚତମ ସ୍ତର ଅଛି ।

ଯେତେବେଳେ ଏହି ଜ୍ଞାନ ଲାଭ ହେଉଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଯେପରି ତାହା ଗୋଟିଏ ପରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ କରି ସପ୍ତସ୍ତରରେ ଆସୁଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମେ ଉପନୀତ ହେଉ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ବୁଝିପାରୁ ଯେ, ଆମେ ଜ୍ଞାନଲାଭ କରୁଅଛୁ । ପ୍ରଥମେ ଏପରି ଅବସ୍ଥା ଆସିବ, ମନେ ହେବ—'ଯାହା ଜାଣିବାର ତାହା ଜାଣିଅଛି'; ମନରେ ସେତେବେଳେ ଆଉ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଅସନ୍ତୋଷ ରହିବ ନାହିଁ । ଯେତେବେଳେ ଆମମାନଙ୍କର ଜ୍ଞାନପିପାସା ଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ଇତସ୍ତତଃ ଜ୍ଞାନର ଅନୁସନ୍ଧାନ କରୁ । ଯେଉଁଠାରେ କିଛି ସତ୍ୟ ପାଇବା ବୋଲି ମନେ ହୁଏ, ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସେ ଦିଗକୁ ଧାବିତ ହେଉ । ସେଠାରେ ତାହା ନ ପାଇଲେ ମନରେ ଅଶାନ୍ତି ଆସେ, ପୁଣି ଅନ୍ୟ ଦିଗରେ ସନ୍ଧାନ କରୁ । ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅନୁଭବ କରି ନ ପାରିଛୁ ଯେ, ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନ ଆମ ଭିତରେ ରହିଅଛି, ଯେତେଦିନ ବୋଧ ନ କରିଛୁ ଯେ କେହି ଆମକୁ ସତ୍ୟଲାଭ ପାଇଁ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ, ବରଂ ନିଜେ ନିଜକୁ ହିଁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବାକୁ ହେବ, ସେତେଦିନ ସମୁଦାୟ ସତ୍ୟାନ୍ୱେଷଣ ବୃଥା । ବିବେକ ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲେ ଆମେ ଯେ ସତ୍ୟର ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ହେଉଅଛୁ, ତାହାର ପ୍ରଥମ ଲକ୍ଷଣ ହେଲା ଏହି ଅସନ୍ତୋଷର ଭାବ

ଚାଲିଯିବ । ଆମମାନଙ୍କର ନିଶ୍ଚିତ ଧାରଣା ହେବ, ଆମେ ସତ୍ୟ ପାଇଅଛୁ ଏବଂ ଏହା ସତ୍ୟ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କିଛି ହୋଇ ନ ପାରେ । ସେତେବେଳେ ଆମେ ଜାଣିପାରିବା ଯେ ସତ୍ୟସ୍ୱରୂପ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଉଦିତ ହେଉଅଛନ୍ତି, ଆମମାନଙ୍କର ଅଜ୍ଞାନ-ରଜନୀ ପ୍ରଭାତ ହେଉଅଛି । ସେତେବେଳେ ଦୃଢ଼ତାର ସହିତ ଅଧ୍ୟବସାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରିବାକୁ ହେବ—ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ପରମପଦ ଲାଭ ନ ହୋଇଛି । ଦ୍ୱିତୀୟ ଅବସ୍ଥାରେ ସମସ୍ତ ଦୁଃଖ ଚାଲିଯିବ । ବାହ୍ୟ ବା ଆଭ୍ୟନ୍ତର କୌଣସି ବିଷୟ ସେତେବେଳେ ଆମକୁ ଦୁଃଖ ଦେଇପାରିବ ନାହିଁ । ତୃତୀୟ ଅବସ୍ଥାରେ ଆମେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିବା, ଅର୍ଥାତ୍ ସର୍ବଜ୍ଞ ହେବା । ଚତୁର୍ଥ ଅବସ୍ଥାରେ ବିବେକ ସହାୟତାରେ ସମୁଦାୟ କର୍ତ୍ତବ୍ୟର ଅବସାନ ହେବ । ତା'ପରେ 'ଚିତ୍ତବିମୁକ୍ତି' ଅବସ୍ଥା ଆସିବ । ଆମେ ବୁଝିପାରିବା, ଆମର ବିଘ୍ନ ବିପତ୍ତି ସମସ୍ତ ଚାଲିଯାଇଛି । ଯେପରି କୌଣସି ପର୍ବତଚୂଡ଼ାରୁ ଗୋଟିଏ ପ୍ରସ୍ତର ଖଣ୍ଡ ନିମ୍ନ ଉପତ୍ୟକାରେ ପତିତ ହେଲେ, ଆଉ କେବେ ତାହା ଉପରକୁ ଉଠିପାରିବ ନାହିଁ, ସେହିପରି ମନର ସଂଗ୍ରାମ ଓ ଚଞ୍ଚଳତା ସବୁ ତଳକୁ ପଡ଼ିଯିବ, ଅର୍ଥାତ୍ ଆଉ ମନରେ ଉଦିତ ହେବ ନାହିଁ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ଅବସ୍ଥାରେ ଚିତ୍ତ ବୁଝିପାରିବ, ଇଚ୍ଛାମାତ୍ରେ ହିଁ ତାହା ସ୍ୱକାରଣରେ ଲୀନ ହୋଇଯାଉଅଛି । ଅବଶେଷରେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବା, ଆମେ ସ୍ୱ-ସ୍ୱରୂପରେ ଅବସ୍ଥିତ ଅଛୁ; ଏତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜଗତରେ ଏକାକୀ ଆତ୍ମାରୂପେ ଆମେ ଅବସ୍ଥିତ ଥିଲୁ । ମନ ବା ଶରୀର ସହିତ ଆମମାନଙ୍କର କୌଣସି ସମ୍ପର୍କ ନାହିଁ । ସେଗୁଡ଼ିକ ଆମମାନଙ୍କ ସହିତ କେବେହେଲେ ଯୁକ୍ତ ନ ଥିଲେ । ସେମାନେ ନିଜ ନିଜ କାମ କରୁଥିଲେ । ଆମେ ଅଜ୍ଞତାବଶତଃ ନିଜକୁ ସେଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ଯୁକ୍ତ କରିଥିଲୁ । କିନ୍ତୁ ଆମେ ଏକାକୀ, ନିଃସଙ୍ଗ, କେବଳ ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍ ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ଓ ସଦାନନ୍ଦ । ଆତ୍ମା ଏତେ ପବିତ୍ର ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯେ, ଆମମାନଙ୍କର ଆଉ କୌଣସି ଜିନିଷ ଆବଶ୍ୟକ ନାହିଁ । ଆମମାନଙ୍କୁ ସୁଖୀ କରିବା ପାଇଁ ଆଉ କାହାରି ପ୍ରୟୋଜନ ନ ଥିଲା, କାରଣ ଆମେ ନିଜେ ସୁଖସ୍ୱରୂପ । ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବା, ଏ ଜ୍ଞାନ ଅନ୍ୟ କିଛି ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ ନାହିଁ । ଜଗତରେ ଏପରି କିଛି ନାହିଁ, ଯାହା ଆମମାନଙ୍କ ଜ୍ଞାନାଲୋକରେ ଉଦ୍ଭାସିତ ନ ହେବ । ଏହା ହିଁ ଯୋଗୀର ଚରମାବସ୍ଥା; ଯୋଗୀ ସେତେବେଳେ ଧୀର ଓ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଆନ୍ତି, ଆଉ କୌଣସି ପ୍ରକାର କଷ୍ଟ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି ନାହିଁ, ଆଉ କେବେହେଲେ ଅଜ୍ଞାନମୋହରେ ଭ୍ରାନ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ ଏବଂ ଦୁଃଖ ଆଉ ତାଙ୍କୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିପାରେ ନାହିଁ । ସେ ଜାଣିପାରନ୍ତି, 'ମୁଁ ନିତ୍ୟାନନ୍ଦସ୍ୱରୂପ, ନିତ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣସ୍ୱରୂପ ଓ ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍ ।'

ଯୋଗାଙ୍ଗାନୁଷ୍ଠାନାଦଶୁଦ୍ଧିକ୍ଷୟେ ଜ୍ଞାନଦୀପ୍ତି ରାବିବେକଖ୍ୟାତେଃ ॥୨୮॥

—ଯୋଗର ବିଭିନ୍ନ ଅଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକ ଅନୁଷ୍ଠାନ କରୁ କରୁ ମନର ମଳିନତା ଦୂର ହୋଇଗଲେ ଜ୍ଞାନ ଉଦ୍ଭାସିତ ହୋଇଉଠେ; ତାହାର ଶେଷ ସୀମା ବିବେକ-ଖ୍ୟାତି ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ସାଧନର କଥା କହାଯାଉଛି । ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାହା କୁହାହେଉଥିଲା, ତାହା ଅନେକ ଉଚ୍ଚତର ବ୍ୟାପାର । ତାହା ଅନେକ ଦୂରରେ, ଅନେକ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ, କିନ୍ତୁ ତାହା ହିଁ ଆମମାନଙ୍କର ଆଦର୍ଶ । ପ୍ରଥମତଃ ଶରୀର ଓ ମନକୁ ସଂଯତ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ସେତେବେଳେ ହିଁ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ଆଦର୍ଶର ଉପଲବ୍ଧି ସ୍ଥାୟୀ ହୋଇପାରେ । ଆଦର୍ଶ କଅଣ ତାହା ଆମେ ଜାଣିଅଛୁ; ବର୍ତ୍ତମାନ ତାହା ଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ସାଧନ କରିବାକୁ ହେବ ।

ଯମ-ନିୟମାସନ-ପ୍ରାଣାୟାମ-ପ୍ରତ୍ୟାହାର-ଧାରଣା-ଧ୍ୟାନସମା ଧୟୋଽଷ୍ଟବଙ୍ଗାନି ॥୨୯॥

—ଯମ, ନିୟମ, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ, ପ୍ରତ୍ୟାହାର, ଧାରଣା, ଧ୍ୟାନ, ସମାଧି—ଏହି ଆଠୋଟି ଯୋଗର ଅଙ୍ଗ-ସ୍ୱରୂପ ।

ଅହିଂସା-ସତ୍ୟାସ୍ତେୟ-ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟାପରିଗ୍ରହା ଯମାଃ ॥୩୦॥

—ଅହିଂସା, ସତ୍ୟ, ଅସ୍ତେୟ (ଅଚୌର୍ଯ୍ୟ), ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଓ ଅପରିଗ୍ରହ—ଏଗୁଡ଼ିକୁ 'ଯମ' କହନ୍ତି ।

ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଗୀ ହେବା ପାଇଁ ସାଧକକୁ ସ୍ତ୍ରୀ-ପୁରୁଷ-ଲିଙ୍ଗାଭିମାନ ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ହେବ । ଆତ୍ମାର କୌଣସି ଲିଙ୍ଗ ନାହିଁ, ତେବେ ଲିଙ୍ଗାଭିମାନଦ୍ୱାରା ନିଜକୁ ଅବନମିତ କରିବ କାହିଁକି ? ପରେ ଆମେମାନେ ଆହୁରି ସ୍ପଷ୍ଟ ବୁଝିପାରିବା, କାହିଁକି ଏ ସକଳ ଭାବ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ପରିତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ହେବ । ଚୌର୍ଯ୍ୟ ଯେପରି ଅସତ୍ କାର୍ଯ୍ୟ, ପରିଗ୍ରହ ଅର୍ଥାତ୍ ଅପର ନିକଟରୁ କଛି ଗ୍ରହଣ କରିବା ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ଅସତ୍ କର୍ମ । ଯେ ଅନ୍ୟ ନିକଟରୁ କିଛି ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି, ତାଙ୍କ ମନ ଦାତାଙ୍କ ମନଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ, ସୁତରାଂ ଯିଏ ଦାନ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି, ତାଙ୍କର ପତିତ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା । ଅନ୍ୟ ନିକଟରୁ ଦାନ ଗ୍ରହଣ କଲେ ମନର ସ୍ୱାଧୀନତା ନଷ୍ଟ ହୋଇପାରେ; ଆମେ କ୍ରୀତଦାସ ତୁଲ୍ୟ ହୋଇଯାଇପାରୁ । ଅତଏବ କୌଣସି ଦାନ ଗ୍ରହଣ କର ନାହିଁ ।*

ଏତେ ଜାତି-ଦେଶ-କାଳ-ସମୟାନବଚ୍ଛିନ୍ନାଃ ସାର୍ବଭୌମ୍ୟା ମହାବ୍ରତମ୍ ॥୩୧॥

—ଏଗୁଡ଼ିକ ଜାତି, ଦେଶ, କାଳ ଓ ସମୟ (ଅର୍ଥାତ୍ ସାମୟିକ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ) ଦ୍ୱାରା ଅବଚ୍ଛିନ୍ନ ବା ସୀମାବଦ୍ଧ ନ ହେଲେ ସାର୍ବଭୌମ (ଅର୍ଥାତ୍ ସାର୍ବଜନୀନ) ମହାବ୍ରତ ବୋଲି କଥିତ ହୁଏ ।

ଏହି ସାଧନଗୁଡ଼ିକ ଅର୍ଥାତ୍, ଅହିଂସା, ସତ୍ୟ, ଅସ୍ତେୟ, ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଓ ଅପରିଗ୍ରହ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ପୁରୁଷ, ସ୍ତ୍ରୀ ଓ ବାଳକ ପକ୍ଷରେ ଜାତି, ଦେଶ ଅଥବା ଅବସ୍ଥାନିର୍ବିଶେଷରେ ଅନୁଷ୍ଠେୟ ।

ଶୌଚ-ସନ୍ତୋଷ-ତପଃ-ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟେଶ୍ୱରପ୍ରଣିଧାନାନି ନିୟମାଃ ॥୩୨॥

—ବାହ୍ୟ ଓ ଅନ୍ତଃଶୌଚ, ସନ୍ତୋଷ, ତପସ୍ୟା, ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ (ମନ୍ତ୍ରଜପ ବା ଅଧ୍ୟାତ୍ମ୍ୟ-ଶାସ୍ତ୍ରପାଠ) ଓ ଈଶ୍ୱରୋପାସନା, ଏଗୁଡ଼ିକ ହିଁ 'ନିୟମ' ।

ବାହ୍ୟଶୌଚ ଅର୍ଥ ଶରୀରକୁ ପବିତ୍ର ରଖିବା । ଅଶୁଚି ବ୍ୟକ୍ତି କେବେ ଯୋଗୀ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଅନ୍ତଃଶୌଚ ମଧ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ । ପୂର୍ବେ ସମାଧି ପାଦ ୩୩ ସୂତ୍ରରେ ଯେଉଁ ଧର୍ମଗୁଡ଼ିକର କଥା କୁହାଯାଇଅଛି, ସେଥିରୁ ହିଁ ଏହି ଅନ୍ତଃଶୌଚ ଆସେ । ଅବଶ୍ୟ ବାହ୍ୟଶୌଚ ଅପେକ୍ଷା ଅନ୍ତଃଶୌଚ ଅଧିକତର ପ୍ରୟୋଜନ, କିନ୍ତୁ ଉଭୟଟିର ପ୍ରୟୋଜନୀୟତା ଅଛି; ପୁଣି ଅନ୍ତଃଶୌଚ ବ୍ୟତୀତ କେବଳ ବାହ୍ୟଶୌଚ କୌଣସି କାମରେ ଲାଗେ ନାହିଁ ।

---

* 'ଯମ'ର ପ୍ରଥମ ତିନୋଟି ସାଧନ ପାଇଁ ସଂକ୍ଷେପରେ 'ରାଜଯୋଗ' ଅଧ୍ୟାୟ ଦ୍ରଷ୍ଟବ୍ୟ ।

ବିତର୍କବାଧନେ ପ୍ରତିପକ୍ଷଭାବନମ୍ ।।୩୩।।

ଯୋଗର ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ଭାବସମୂହ ଉପସ୍ଥିତ ହେଲେ ଏଗୁଡ଼ିକର ବିପରୀତ ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ହେବ ।

ପୂର୍ବେ ଯେଉଁ ସକଳ ଧର୍ମ କଥା କୁହାହେଲା, ସେଗୁଡ଼ିକ ଅଭ୍ୟାସ କରିବାର ଉପାୟ--ମନରେ ବିପରୀତ ପ୍ରକାରରେ ଚିନ୍ତାସ୍ରୋତ ପ୍ରବାହିତ କରିବା; ଅନ୍ତରରେ ଚୌର୍ଯ୍ୟର ଭାବ ଆସିଲେ ଅଚୌର୍ଯ୍ୟର ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ହେବ । ଦାନ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ଇଚ୍ଛା ହେଲେ ତାହାର ବିପରୀତ ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ହେବ ।

ବିତର୍କା ହିଂସାଦୟଃ କୃତକାରିତାନୁମୋଦିତା ଲୋଭକ୍ରୋଧ-ମୋହପୂର୍ବକା ମୃଦୁମଧ୍ୟାଧିମାତ୍ରା ଦୁଃଖାଜ୍ଞାନାନନ୍ତଫଳା ଇତି ପ୍ରତିପକ୍ଷଭାବନମ୍ ।।୩୪।।

—ପୂର୍ବ ସୂତ୍ରରେ ଯେଉଁ ପ୍ରତିପକ୍ଷ-ଭାବନା କଥା କୁହାଯାଇଅଛି, ତାହାର ପ୍ରଣାଳୀ ଏହିପରି; ବିତର୍କ ଅର୍ଥାତ୍ ଯୋଗର ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ହିଂସାଦି—କୃତ, କାରିତ ଅଥବା ଅନୁମୋଦିତ, ସେଗୁଡ଼ିକର କାରଣ ଲୋଭ, କ୍ରୋଧ ବା ମୋହ ଅର୍ଥାତ୍ ଅଜ୍ଞାନ; ତାହା ଅଳ୍ପ ହେଉ ବା ମଧ୍ୟମ ପରିମାଣର ହେଉ, ଅଥବା ଅଧିକ ପରିମାଣର ହେଉ, ସେଗୁଡ଼ିକର ଫଳ ଅନନ୍ତ ଅଜ୍ଞାନ ଓ କ୍ଲେଶ; ଏହିପରି ଭାବନାକୁ ହିଁ ପ୍ରତିପକ୍ଷ-ଭାବନା କୁହାଯାଏ ।

ମୁଁ ନିଜେ ମିଥ୍ୟା କଥା କହିଲେ ଯେଉଁ ପାପ ହୁଏ, ଯଦି ମୁଁ ଅନ୍ୟକୁ ମିଥ୍ୟା କହିବା ପାଇଁ ପ୍ରବୃତ୍ତ କରେ, ଅଥବା ଅପର କେହି ମିଥ୍ୟା କହିଲେ ତାହାକୁ ଅନୁମୋଦନ କରେ, ସେଥିରେ ମଧ୍ୟ ସେହି ପରିମାଣର ପାପ ହୁଏ । ମିଥ୍ୟା ସାମାନ୍ୟ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ତାହା ମିଥ୍ୟା । ପର୍ବତଗୁହାରେ ବସି ମଧ୍ୟ ଯଦି ତୁମେ ପାପ ଚିନ୍ତା କରିଥାଅ, ଯଦି କାହାରି ପ୍ରତି ଅନ୍ତରରେ ଘୃଣା ପ୍ରକାଶ କରିଥାଅ, ତା'ହେଲେ ତାହା ମଧ୍ୟ ସଞ୍ଚିତ ରହିବ, ସମୟରେ ପୁଣି ତାହା ତୁମକୁ ହିଁ ପ୍ରତିଘାତ କରିବ, ଦିନେ ନା ଦିନେ କୌଣସି ନା କୌଣସି ପ୍ରକାରେ ଦୁଃଖ ଆକାରରେ ତାହା ପ୍ରବଳ ବେଗରେ ତୁମକୁ ଆକ୍ରମଣ କରିବ । ତୁମେ ଯଦି ଈର୍ଷା ଓ ଘୃଣା ଭାବ ପୋଷଣ କର ଏବଂ ଏହି ଭାବ ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗକୁ ପ୍ରେରଣ କର, ତେବେ ବର୍ଦ୍ଧିତଭାବେ ତାହା ତୁମ ନିକଟକୁ ହିଁ ଫେରି ଆସିବ । ଜଗତର କୌଣସି ଶକ୍ତି ତାହାକୁ ନିବାରଣ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ତୁମେ ଯେବେ ଥରେ ଏହି ଶକ୍ତି ପ୍ରେରଣ କରିଅଛ, ସେତେବେଳେ ଅବଶ୍ୟ ତୁମକୁ ତାହାର ପ୍ରତିଘାତ ସହ୍ୟ କରିବାକୁ ହେବ । ଏକଥା ସ୍ମରଣ କଲେ ତୁମେ ଅସତ୍ କାର୍ଯ୍ୟରୁ ନିବୃତ୍ତ ହେବ ।

ଅହିଂସାପ୍ରତିଷ୍ଠାୟାଂ ତତ୍ସନ୍ନିଧୌ ବୈରତ୍ୟାଗଃ ।।୩୫।।

ଯାହାଙ୍କ ଅନ୍ତରରେ ଅହିଂସା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇଅଛି, ତାଙ୍କ ସମୀପରେ ଅପରର ସ୍ୱାଭାବିକ ବୈରତ୍ୱ ମଧ୍ୟ ପରିତ୍ୟକ୍ତ ହୁଏ ।

ଯଦି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଅହିଂସାର ଆଦର୍ଶ ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ ଉପଲବ୍ଧି କରନ୍ତି, ତେବେ ତାଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ଯେଉଁ ସକଳ ପ୍ରାଣୀ ସ୍ୱଭାବତଃ ହିଂସ୍ର, ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ଶାନ୍ତଭାବ ଧାରଣ କରନ୍ତି । ସେହି ଯୋଗୀଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ବ୍ୟାଘ୍ର ଓ ମେଷ-ଶାବକ ଏକତ୍ର କ୍ରୀଡ଼ା କରିବେ, ପରସ୍ପରକୁ ହିଂସା କରିବେ ନାହିଁ । ଏହି ଅବସ୍ଥା ଲାଭ ହେଲେ ବୁଝିପାରିବ ଯେ, ତୁମେ ଅହିଂସଭାବରେ ଦୃଢ଼ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇଅଛ ।

ସତ୍ୟପ୍ରତିଷ୍ଠାୟାଂ କ୍ରିୟାଫଳାଶ୍ରୟତ୍ୱମ୍ ।।୩୬।।

—ହୃଦୟରେ ସତ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଲେ କୌଣସି କର୍ମ ନ କରି ଯୋଗୀ ନିଜ ପାଇଁ ବା ଅନ୍ୟ ପାଇଁ ସେହି କର୍ମର ଫଳ ଲାଭ କରିବାର ଶକ୍ତି ଅର୍ଜନ କରନ୍ତି ।

ଯେତେବେଳେ ଏହି ସତ୍ୟର ଶକ୍ତି ତୁମ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବ, ଯେତେବେଳେ ସ୍ୱପ୍ନରେ ମଧ୍ୟ ତୁମେ ମିଥ୍ୟା କଥା କହିବ ନାହିଁ, ଯେତେବେଳେ କାୟମନୋବାକ୍ୟରେ ସତ୍ୟ ଆଚରଣ କରିବ, ସେତେବେଳେ ତୁମେ ଯାହା କହିବ, ତାହା ହିଁ ସତ୍ୟ ହୋଇଯିବ । ସେତେବେଳେ ତୁମେ ଯଦି କାହାରିକୁ କହ, 'ତୁମେ କୃତାର୍ଥ ହୁଅ,' ସେ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ କୃତାର୍ଥ ହୋଇଯିବ । କୌଣସି ପୀଡ଼ିତ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଯଦି କହ, 'ରୋଗମୁକ୍ତ ହୁଅ', ସେ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ରୋଗମୁକ୍ତ ହୋଇଯିବ ।

ଅସ୍ତେୟପ୍ରତିଷ୍ଠାୟାଂ ସର୍ବରତ୍ନୋପସ୍ଥାନମ୍ ।।୩୭।।

—ଅଚୌର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଲେ ଯୋଗୀଙ୍କ ନିକଟରେ ସମୁଦାୟ ଧନରତ୍ନାଦି ଆସିଥାଏ ।

ତୁମେ ପ୍ରକୃତିଠାରୁ ଯେତେଦୂର ପଳାୟନର ଚେଷ୍ଟା କରିବ, ପ୍ରକୃତି ସେତେଦୂର ତୁମର ଅନୁସରଣ କରିବ; ଆଉ ତୁମେ ଯଦି ସେହି ପ୍ରକୃତି ପ୍ରତି କିଛିମାତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ ନ କର, ତେବେ ସେ ତୁମର ଦାସୀ ହୋଇ ରହିବ ।

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟପ୍ରତିଷ୍ଠାୟାଂ ବୀର୍ଯ୍ୟଲାଭଃ ।।୩୮।।

—ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଲେ ବୀର୍ଯ୍ୟ ବା ଶକ୍ତି ଲାଭ ହୁଏ ।

ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟବାନ୍ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ପ୍ରବଳ ଶକ୍ତି—ମହତୀ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ସଞ୍ଚିତ ଥାଏ । ପବିତ୍ରତା ବ୍ୟତୀତ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶକ୍ତି ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟଦ୍ୱାରା ମନୁଷ୍ୟ ଉପରେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ କ୍ଷମତା ଲାଭ କରାଯାଏ । ମାନବସମାଜର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ-ନେତାଗଣ ସମସ୍ତେ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟବାନ୍ ଥିଲେ । ଏହି ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟରୁ ହିଁ ସେମାନେ ଶକ୍ତିଲାଭ କରିଥିଲେ; ଅତଏବ ଯୋଗୀ ଅବଶ୍ୟ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟବାନ୍ ହେବେ ।

ଅପରିଗ୍ରହସ୍ଥୈର୍ଯ୍ୟେଜନ୍ମକଥନ୍ତାସଂବୋଧଃ ।।୩୯।।

—ଅପରିଗ୍ରହରେ ଦୃଢ଼ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଲେ ପୂର୍ବଜନ୍ମ ସ୍ମୃତିପଥରେ ଉଦିତ ହେବ ।

ଯେତେବେଳେ କେହି ଅନ୍ୟ ନିକଟରୁ କୌଣସି ବସ୍ତୁ ଗ୍ରହଣ କରେ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କର ଅନ୍ୟ ସହିତ ବାଧବାଧକତା ରହେ ନାହିଁ, ସେ ସ୍ୱାଧୀନ ଓ ମୁକ୍ତ ଥାଆନ୍ତି । ତାଙ୍କ ମନ ଶୁଦ୍ଧ ହୋଇଯାଏ । ପ୍ରତିଟି ଦାନ ସହିତ ଦାତାଙ୍କର ମନ୍ଦ ଭାବଗୁଡ଼ିକୁ ମଧ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ପଡ଼ିପାରେ । ଏହି ପରିଗ୍ରହ ତ୍ୟାଗ କଲେ ମନ ଶୁଦ୍ଧ ହୋଇଯାଏ, ଆଉ ଏଥିରୁ ଯେଉଁ ସକଳ ଶକ୍ତି ଲବ୍ଧ ହୁଏ, ସେଥିମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରଥମ ହେଲା ପୂର୍ବଜନ୍ମ କଥା ମନେ କରିପାରିବା । ସେତେବେଳେ ହିଁ ସେହି ଯୋଗୀ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ତାଙ୍କର ନିଜ ଆଦର୍ଶରେ ଦୃଢ଼ ହୋଇ ରହିପାରନ୍ତି । କାରଣ ସେ ଦେଖିପାରନ୍ତି, ଅନେକ ଥର ସେ କେବଳ ଯିବା ଆସିବା କରୁଛନ୍ତି । ସୁତରାଂ ସେ ସେତିକିବେଳୁ ଏତେ ଦୃଢ଼ପ୍ରତିଜ୍ଞାରୂଢ଼ ହୁଅନ୍ତି ଯେ, ଏଥର ମୁଁ ମୁକ୍ତ ହେବି, ଆଉ ଯିବାଆସିବା କରିବି ନାହିଁ, ଆଉ ପ୍ରକୃତିର ଦାସ ହେବି ନାହିଁ ।

ଶୌଚାତ୍ ସ୍ୱାଙ୍ଗଜୁଗୁପ୍ସା ପରୈରସଂସର୍ଗଃ ।।୪୦।।

—ଶୌଚରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଲେ ନିଜ ଶରୀର ପ୍ରତି ଉଦାସୀନତା ଉଦ୍ରେକ ହୁଏ, ଅନ୍ୟସାଥୀରେ ସଙ୍ଗ କରିବା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରବୃତ୍ତି ରହେ ନାହିଁ ।

ଯେତେବେଳେ ବାସ୍ତବିକ ବାହ୍ୟ ଓ ଅନ୍ତର—ଉଭୟ ପ୍ରକାର ଶୌଚ ସିଦ୍ଧ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଶରୀର ପ୍ରତି ଉଦାସୀନତା ଆସେ; କେଉଁଥିରେ ଏହା ଭଲ ରହିବ, କେଉଁଥିରେ ଏହା ସୁନ୍ଦର ଦେଖାଯିବ, ଏହି ପ୍ରକାର ଭାବଗୁଡ଼ିକ ଏକା ବେଳକେ ଚାଲିଯାଏ । ଅନ୍ୟମାନେ ନିକଟରେ ଯେଉଁ ମୁଖ ଅତି ସୁନ୍ଦର, ସେଥିରେ ଜ୍ଞାନର କୌଣସି ଚିହ୍ନ ନ ଥିଲେ ଯୋଗୀଙ୍କ ନିକଟରେ ତାହା ପଶୁର ମୁଖ ପରି ପ୍ରତୀୟମାନ ହେବ । ଜଗତର ଲୋକେ ଯେଉଁ ମୁଖରେ କୌଣସି ବିଶେଷତ୍ୱ ଦେଖନ୍ତି ନାହିଁ, ତାହା ପଶ୍ଚାତ୍‌ରେ ଚୈତନ୍ୟର ପ୍ରକାଶ ଥିଲେ ସେ ତାହାକୁ ସ୍ୱର୍ଗୀୟ ମନେ କରିବେ । ଏହି ଦେହତୃଷ୍ଣା ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନରେ ସର୍ବନାଶର କାରଣ । ସୁତରାଂ ଶୌଚପ୍ରତିଷ୍ଠାର ପ୍ରଥମ ଲକ୍ଷଣ ଏହି ଯେ, ତୁମେ ନିଜେ ଗୋଟିଏ ଶରୀର ବୋଲି ଭାବିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରିବ ନାହିଁ । ଆମମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯେତେବେଳେ ଏହି ଶୌଚ ବା ପବିତ୍ରତା ଆସେ, ସେତେବେଳେ ହିଁ ଆମେମାନେ ଏହି ଦେହଭାବ ଅତିକ୍ରମ କରିପାରୁ ।

ସତ୍ତ୍ୱ ଶୁଦ୍ଧି–ସୌମନସ୍ୟୈକାଗ୍ର୍ୟେନ୍ଦ୍ରିୟଜୟାତ୍ମଦର୍ଶନ ଯୋଗ୍ୟତ୍ୱାନି ଚ ॥୪୧॥

—ଏହି ଶୌଚରୁ ସତ୍ତ୍ୱ-ଶୁଦ୍ଧି, ସୌମନସ୍ୟ ଅର୍ଥାତ୍ ମନର ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ଭାବ, ଏକାଗ୍ରତା, ଇନ୍ଦ୍ରିୟଜୟ ଓ ଆତ୍ମଦର୍ଶନର ଯୋଗ୍ୟତା ଲାଭ ହୋଇଥାଏ ।

ଏହି ଶୌଚ-ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ସତ୍ତ୍ୱ ଗୁଣ ବର୍ଦ୍ଧିତ ହେବ, ସୁତରାଂ ମନ ମଧ୍ୟ ଏକାଗ୍ର ଓ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ହେବ । ତୁମେ ଯେଉଁ ଧର୍ମପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହେଉଅଛ, ତାହାର ପ୍ରଥମ ଲକ୍ଷଣ ଏହି ଯେ, ତୁମେ ବେଶ୍ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ହେଉଅଛ । ବିଷାଦପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବ ଅବଶ୍ୟ ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ ରୋଗର ଫଳ ହୋଇପାରେ; କିନ୍ତୁ ତାହା ଧର୍ମ ନୁହେଁ । ସୁଖ ହିଁ ସତ୍ତ୍ୱର ସ୍ୱାଭାବିକ ଧର୍ମ ସାତ୍ତ୍ୱିକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ସମସ୍ତ ହିଁ ସୁଖମୟ ବୋଲି ବୋଧହୁଏ; ସୁତରାଂ ଯେତେବେଳେ ତୁମର ଏହି ଭାବ ଆସିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିବ, ସେତେବେଳେ ତୁମେ ବୁଝିବ, ତୁମେ ଯୋଗସାଧନାରେ ଉନ୍ନତି କରୁଅଛ । ଯାବତୀୟ ଦୁଃଖଯନ୍ତ୍ରଣା ତମୋଗୁଣପ୍ରସୂତ; ସୁତରାଂ ସେଥିରୁ ଅବ୍ୟାହତି ଲାଭ କରିବାକୁ ହେବ । ବିଷଣ୍ଣତା ତମୋଗୁଣର ଗୋଟିଏ ଲକ୍ଷଣ । ସବଳ, ଦୃଢ଼, ସୁସ୍ଥକାୟ, ଯୁବା ଓ ସାହସୀ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣ ହିଁ ଯୋଗୀ ହେବାର ଉପଯୁକ୍ତ । ଯୋଗୀଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟିରେ ସବୁ ହିଁ ସୁଖମୟ । ଯେ କୌଣସି ମନୁଷ୍ୟ ମୁଖ ସେ ଦେଖନ୍ତି, ସେଥିରେ ହିଁ ତାଙ୍କର ଆନନ୍ଦ ହୁଏ । ଏହା ହିଁ ଧାର୍ମିକ ଲୋକର ଲକ୍ଷଣ । ପାପ ହିଁ କଷ୍ଟର କାରଣ, ଆଉ ଅନ୍ୟ କିଛି ନୁହେଁ । ବିଷାଦପୂର୍ଣ୍ଣ ମୁଖ ଦେଖାଇ କଅଣ ହେବ? ତାହା ଭୟଙ୍କର । ଏହିପରି ମୁଖ ନେଇ ବାହାରକୁ ଯାଅ ନାହିଁ, କେବେ ଏପରି ହେଲେ ଦ୍ୱାର ବନ୍ଦ କରି ସାରାଦିନ ଘରେ କଟାଇଦିଅ । ସଂସାରରେ ଏ ବ୍ୟାଧି ସଂକ୍ରମିତ କରିବାର ତୁମର କି ଅଧିକାର ଅଛି? ଯେତେବେଳେ ତୁମର ମନ ସଂଯତ ହେବ, ସେତେବେଳେ ତୁମେ ସମୁଦାୟ ଶରୀରକୁ ମଧ୍ୟ ଆୟତ୍ତରେ ରଖିପାରିବ । ସେତେବେଳେ ଆଉ ତୁମେ ଏ ଯନ୍ତ୍ରର କ୍ରୀତଦାସହୋଇ ରହିବ ନାହିଁ; ଏହି ଦେହ-ଯନ୍ତ୍ର ହିଁ ତୁମର ଭୃତ୍ୟ ହୋଇ ରହିବ । ଦେହ-ଯନ୍ତ୍ର ଆତ୍ମାକୁ ନିମ୍ନ ଦିଗକୁ ଆକର୍ଷଣ କରିନେବ ନାହିଁ, ବରଂ ତାହା ହିଁ ମୁକ୍ତିପଥରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ସହାୟକ ହେବ ।

ସନ୍ତୋଷାଦନୁତ୍ତମଃ ସୁଖଲାଭଃ ॥୪୨॥

—ସନ୍ତୋଷରୁ ହିଁ ପରମ ସୁଖ ଲାଭ ହୁଏ ।

କାୟେନ୍ଦ୍ରିୟସିଦ୍ଧିରଶୁଦ୍ଧିକ୍ଷୟାତ୍ତପସଃ ॥୪୩॥

— ଅଶୁଦ୍ଧି-କ୍ଷୟ-ନିବନ୍ଧନ ତପସ୍ୟାରୁ ହିଁ ଦେହ ଓ ଇନ୍ଦ୍ରିୟର ନାନା ପ୍ରକାର ଶକ୍ତି ଆସେ ।

ତପସ୍ୟାର ଫଳ କେବେ କେବେ ଦୂରଦର୍ଶନ, ଦୂରଶ୍ରବଣ ଇତ୍ୟାଦି ରୂପେ ପ୍ରକାଶ ପାଏ ।

ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟାଦିଷ୍ଟଦେବତାସମ୍ପ୍ରୟୋଗଃ ॥୪୪॥

—ମନ୍ତ୍ରାଦିର ପୁନଃ ପୁନଃ ଉଚ୍ଚାରଣ ବା ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ଇଷ୍ଟ-ଦେବତାଙ୍କ ଦର୍ଶନଲାଭ ହୋଇଥାଏ ।

ଯେତେ ଅଧିକ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱସ୍ତରର ଜୀବଙ୍କୁ (ଦେବତା, ଋଷି, ସିଦ୍ଧ) ଦର୍ଶନ କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରିବ, ସାଧନ ମଧ୍ୟ ସେହି ଅନୁପାତରେ କଠୋର ହେବ ।

ସମାଧିସିଦ୍ଧି ରୀଶ୍ୱରପ୍ରଣିଧାନାତ୍ ॥୪୫॥

—ଈଶ୍ୱରଙ୍କଠାରେ ସବୁ ଅର୍ପଣ କଲେ ସମାଧିଲାଭ ହୋଇଥାଏ । ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଉପରେ ନିର୍ଭରଦ୍ୱାରା ସମାଧି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୁଏ ।

ସ୍ଥିରସୁଖମାସନମ୍ ॥୪୬॥

—ସ୍ଥିରଭାବରେ ସୁଖରେ ବସିବାର ନାମ ଆସନ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ଆସନ କଥା କୁହାଯିବ । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମେ ସ୍ଥିର ଭାବରେ ଅନେକ ସମୟ ବସି ନ ପାରୁଛ, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମେ ପ୍ରାଣାୟାମ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସାଧନାରେ କେବେହେଲେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେବ ନାହିଁ । ଆସନ ଦୃଢ଼ ହେବାର ଅର୍ଥ ଏହି ଯେ, ତୁମେ ଶରୀରର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ଆଦୌ ଅନୁଭବ କରିବ ନାହିଁ । ଏହିପରି ହେଲେ ବାସ୍ତବିକ ଆସନ ଦୃଢ଼ ହୋଇଅଛି ବୋଲି କୁହାଯାଏ । କିନ୍ତୁ ସାଧାରଣଭାବେ ତୁମେ ଯଦି କିୟତ୍କ୍ଷଣ ପାଇଁ ବସିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କର, ଶରୀର ପ୍ରତି ନାନାପ୍ରକାର ବାଧାବିଘ୍ନ ଆସୁଥିବ; କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ତୁମେ ଏହି ସ୍ଥୂଳ-ଦେହଭାବ ଅତିକ୍ରମ କରିବ, ସେତେବେଳେ ଶରୀରବୋଧ ହରାଇ ବସିବ । ସେତେବେଳେ ତୁମେ ଆଉ ସୁଖ ବା ଦୁଃଖ କିଛିହେଲେ ଅନୁଭବ କରିବ ନାହିଁ । ପୁଣି ଯେତେବେଳେ ତୁମର ଦେହ-ଜ୍ଞାନ ଫେରି ଆସିବ, ସେତେବେଳେ ଅନୁଭବ କରିବ, ଯେପରି ଅନେକ ସମୟ ବିଶ୍ରାମ କରିଛ । ଯଦି ଶରୀରକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ରାମ ଦେବା ସମ୍ଭବ ହୁଏ, ତେବେ ତାହା ଏହି ରୂପେ ହିଁ ହୋଇପାରେ । ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଏହିପରି ଶରୀରକୁ ଜୟ କରି ତାହାକୁ ଦୃଢ଼ କରିପାରିବ, ସେତେବେଳେ ତୁମର ସାଧନ ମଧ୍ୟ ଦୃଢ଼ ହେବ । କିନ୍ତୁ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମର ଶାରୀରିକ ବାଧାବିଘ୍ନ-ଗୁଡ଼ିକ ଆସୁଥିବ, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତୁମର ସ୍ନାୟୁମଣ୍ଡଳୀ ଚଞ୍ଚଳ ରହିବ ଏବଂ ତୁମେ କୌଣସି ପ୍ରକାରେ ମନକୁ ଏକାଗ୍ର କରି ରଖିପାରିବ ନାହିଁ ।

ପ୍ରଯତ୍ନଶୈଥିଲ୍ୟାନନ୍ତସମାପତ୍ତିଭ୍ୟାମ୍ ॥୪୭॥

—ଶରୀରରେ ଯେଉଁ ଏକପ୍ରକାର ଅଭିମାନାତ୍ମକ ପ୍ରଯତ୍ନ ଅଛି, ତାହାକୁ ଶିଥିଳ କରିବାଦ୍ୱାରା ଏବଂ ଅନନ୍ତଙ୍କ ଚିନ୍ତାଦ୍ୱାରା ଆସନ ସ୍ଥିର ଓ ସୁଖକର ହୋଇପାରେ ।

ଅନନ୍ତଙ୍କ ଚିନ୍ତାଦ୍ୱାରା ଆସନ ଅବିଚଳିତ ହୋଇପାରେ । ଅବଶ୍ୟ ଆମେ ସେହି ପରମ ଅନନ୍ତ (ବ୍ରହ୍ମ) ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଚିନ୍ତା କରିପାରୁ ନାହୁଁ; କିନ୍ତୁ ଆମେ ଅନନ୍ତ ଆକାଶର କଥା ଚିନ୍ତା କରିପାରୁ ।

ତତୋ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱାନଭିଘାତଃ ॥୪୮॥

—ଏପରି ଆସନ ଜୟ ହେଲେ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ-ପରମ୍ପରା ଆଉ କୌଣସି ବିଘ୍ନ ଉତ୍ପାଦନ କରିପାରେ ନାହିଁ ।

ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱର ଅର୍ଥ ଶୁଭ-ଅଶୁଭ, ଶୀତ-ଉଷ୍ଣ, ଆଲୋକ-ଅନ୍ଧକାର, ସୁଖ-ଦୁଃଖ ଇତ୍ୟାଦି ବିପରୀତ ଧର୍ମୀ ଦୁଇ ଦୁଇ ପଦାର୍ଥ । ଏଗୁଡ଼ିକ ଆଉ ତୁମକୁ ଚଞ୍ଚଳ କରିପାରିବେ ନାହିଁ ।

ତସ୍ମିନ୍ ସତି ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସୟୋର୍ଗତିବିଚ୍ଛେଦଃ ପ୍ରାଣାୟାମଃ ॥୪୯॥

—ଏହି ଆସନ-ଜୟ ପରେ ଶ୍ୱାସ ଓ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ଉଭୟର ଗତି ସଂଯତ କରିବାକୁ 'ପ୍ରାଣାୟାମ' କହନ୍ତି ।

ଯେତେବେଳେ ଏହି ଆସନ-ଜୟ ସମାପ୍ତ ହୋଇଅଛି, ସେତେବେଳେ ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସର ଗତି ଭଙ୍ଗ କରିଦେଇ ତାହାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବାକୁ ହେବ, ଏହିଠାରୁ ପ୍ରାଣାୟାମର ବିଷୟ ଆରମ୍ଭ ହେଲା । ପ୍ରାଣାୟାମ କଅଣ ? ଶରୀରସ୍ଥିତ ଜୀବନୀଶକ୍ତିକୁ ଆୟତ୍ତକୁ ଆଣିବା । ଯଦିଓ 'ପ୍ରାଣ' ଶବ୍ଦ ସଚରାଚର ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ଅର୍ଥରେ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବିକ ତାହା ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନୁହେଁ । 'ପ୍ରାଣ' ଅର୍ଥ ଜାଗତିକ ଶକ୍ତିର ସମଷ୍ଟି । ତାହା ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦେହରେ ଅବସ୍ଥିତ ଶକ୍ତି, ଏବଂ ତାହାର ବାହ୍ୟ ପ୍ରକାଶ ଏହି ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର ଗତି । ପ୍ରାଣ ଯେତେବେଳେ ଶ୍ୱାସକୁ ଭିତରେ ପଟକୁ ଆକର୍ଷଣ କରେ, ସେତେବେଳେ ହିଁ ଏହି ଗତି ଆରମ୍ଭ ହୁଏ; 'ପ୍ରାଣାୟାମ' ଦ୍ୱାରା ଆମେ ତାହାକୁ ହିଁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁ । ଏହି ପ୍ରାଣ ଉପରେ ଶକ୍ତିଲାଭ କରିବାର ସହଜତମ ଉପାୟରୂପେ ଆମେ ପ୍ରଥମେ ଶ୍ୱାସ-ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରୁ ।

ବାହ୍ୟାଭ୍ୟନ୍ତରସ୍ତମ୍ଭବୃତ୍ତିଃ ଦେଶକାଳସଂଖ୍ୟାଭିଃ ପରିଦୃଷ୍ଟୋ ଦୀର୍ଘସୂକ୍ଷ୍ମଃ ॥୫୦॥

—ବାହ୍ୟ ବୃତ୍ତି, ଅଭ୍ୟନ୍ତର ବୃତ୍ତି ଓ ସ୍ତମ୍ଭ ବୃତ୍ତି ଭେଦ ଅନୁସାରେ ଏହି ପ୍ରାଣାୟମ ତ୍ରିବିଧ; ଦେଶ, କାଳ, ସଂଖ୍ୟାଦ୍ୱାରା ନିୟମିତ ଏବଂ ଦୀର୍ଘ ବା ସୂକ୍ଷ୍ମ ହେବା ହେତୁ ସେଗୁଡ଼ିକର ପୁନଶ୍ଚ ନାନାପ୍ରକାର ଭେଦ ଅଛି ।

ଏହି ପ୍ରାଣାୟାମ ତିନି ପ୍ରକାର କ୍ରିୟାରେ ବିଭକ୍ତ । ପ୍ରଥମ—ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଶ୍ୱାସକୁ ଅଭ୍ୟନ୍ତରକୁ ଆକର୍ଷଣ କରୁ; ଦ୍ୱିତୀୟ—ଯେତେବେଳେ ଆମେ ତାହା ବାହାରକୁ ନିକ୍ଷେପ କରୁ; ତୃତୀୟ—ଯେତେବେଳେ ଶ୍ୱାସ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ ମଧ୍ୟରେ ହିଁ ଧୃତ ହୁଏ ବା ବାହାରୁ ଶ୍ୱାସ ଗ୍ରହଣ ବନ୍ଦ ରଖାହୁଏ । ସେଗୁଡ଼ିକ ପୁଣି ଦେଶ, କାଳ ଓ ସଂଖ୍ୟା ଅନୁସାରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଆକାର ଧାରଣ କରନ୍ତି । 'ଦେଶ' ଅର୍ଥ—ପ୍ରାଣକୁ ଶରୀରର କୌଣସି ଅଂଶବିଶେଷରେ ଆବଦ୍ଧ ରଖିବା । 'ସମୟ' ଅର୍ଥ—ପ୍ରାଣକୁ କେଉଁଠି କେତେ ସମୟ ରଖିବାକୁ ହେବ ଏବଂ 'ସଂଖ୍ୟା' ଅର୍ଥ କେତେଥର ଏପରି କରିବାକୁ ହେବ, ତାହା ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ କେଉଁଠି, କେତେ ସମୟ ଓ କେତେ ଥର ରେଚକାଦି କରିବାକୁ ହେବ, ଇତ୍ୟାଦି କଥିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ପ୍ରାଣାୟାମର ଫଳ 'ଉଦ୍‌ଘାତ' ଅର୍ଥାତ୍ କୁଣ୍ଡଳିନୀର ଜାଗରଣ ।

ବାହ୍ୟାଭ୍ୟନ୍ତରବିଷୟାକ୍ଷେପୀ ଚତୁର୍ଥଃ ॥୫୧॥

—ଚତୁର୍ଥ ପ୍ରକାର ପ୍ରାଣାୟାମଦ୍ୱାରା ବାହ୍ୟ ବା ଅନ୍ତର ବିଷୟ ଚିନ୍ତାଦ୍ୱାରା ପ୍ରାଣକୁ ନିରୁଦ୍ଧ କରାଯାଏ ।

ଏହା ଚତୁର୍ଥ ପ୍ରକାର ପ୍ରାଣାୟାମ । ଏଥିରେ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ଚିନ୍ତାସହ ଦୀର୍ଘକାଳ ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ସ୍ୱାଭାବିକ କୁମ୍ଭକ (ସ୍ତମ୍ଭବୃତ୍ତି) ହୋଇଥାଏ । ଅନ୍ୟ ପ୍ରାଣାୟାମଗୁଡ଼ିକରେ ଚିନ୍ତାର ସଂସ୍ରବ ନାହିଁ ।

ତତଃ କ୍ଷୀୟତେ ପ୍ରକାଶାବରଣମ୍ ।।୫୨।।

—ସେଥିରୁ ହିଁ ଚିତ୍ତର ପ୍ରକାଶର ଆବରଣ କ୍ଷୟ ହୋଇଯାଏ ।

ଚିତ୍ତରେ ସ୍ୱଭାବତଃ ହିଁ ସମୁଦାୟ ଜ୍ଞାନ ରହିଅଛି । ତାହା ସତ୍ତ୍ୱ ପଦାର୍ଥଦ୍ୱାରା ନିର୍ମିତ; କିନ୍ତୁ ତାହା ରଜଃ ଓ ତମଃଦ୍ୱାରା ଆବୃତ ରହିଅଛି । ପ୍ରାଣାୟାମଦ୍ୱାରା ଚିତ୍ତର ଏହି ଆବରଣ ଦୂରୀଭୂତ ହୁଏ ।

ଧାରଣାସୁ ଚ ଯୋଗ୍ୟତା ମନସଃ ।।୫୩।।

—(ସେଥିରୁ ହିଁ) 'ଧାରଣା' ବିଷୟରେ ମନର ଯୋଗ୍ୟତା ହୁଏ । ଏହି ଆବରଣ ଚାଲିଗଲେ ଆମେ ମନକୁ ଏକାଗ୍ର କରିବା ପାଇଁ ସମର୍ଥ ହେଉ ।

ସ୍ୱସ୍ୱ ବିଷୟାସମ୍ପ୍ରୟୋଗେ ଚିତ୍ତ ସ୍ୱରୂପାନୁକାର ଇବେନ୍ଦ୍ରିୟାଣାଂ ପ୍ରତ୍ୟାହାରଃ ।।୫୪।।

—ଯେତେବେଳେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ସେମାନଙ୍କର ନିଜ ନିଜ ବିଷୟ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଯେପରି ଚିତ୍ତର ସ୍ୱରୂପ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ 'ପ୍ରତ୍ୟାହାର' କୁହାଯାଏ ।

ଏହି ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ ମନର ହିଁ ବିଭିନ୍ନ ଅବସ୍ଥା ମାତ୍ର । ମନେକର ମୁଁ ଖଣ୍ଡିଏ ପୁସ୍ତକ ଦେଖୁଅଛି । ବାସ୍ତବିକ ଏ ପୁସ୍ତକାକୃତି ବାହାରେ ନାହିଁ, ତାହା ମନରେ ହିଁ ଅବସ୍ଥିତ । ବାହାରର କୌଣସି ଜିନିଷ ଏହି ଆକୃତି ଜାଗ୍ରତ କରିଦିଏ ମାତ୍ର; ବାସ୍ତବିକ ରୂପ ବା ଆକୃତି ଚିତ୍ତରେ ହିଁ ଅଛି । ଏହି ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ, ସେମାନଙ୍କ ସମ୍ମୁଖକୁ ଯାହା ଆସୁଅଛି, ତାହା ସହିତ ମିଶିଯାଇ ତାହାର ହିଁ ଆକାର ଗ୍ରହଣ କରୁଛନ୍ତି । ଯଦି ତୁମେ ମନର ଏହି ସକଳ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଆକୃତି ଧାରଣ କରିପାର, ତେବେ ତୁମର ମନ ଶାନ୍ତ ହେବ ଏବଂ ଏହି ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଶାନ୍ତ ହେବେ । ଏହାକୁ ହିଁ 'ପ୍ରତ୍ୟାହାର' କୁହାଯାଏ ।

ତତଃ ପରମାବଶ୍ୟତେନ୍ଦ୍ରିୟାଣାମ୍ ।।୫୫।।

—ସେଥିରୁ ହିଁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ବଶୀଭୂତ ହୋଇ ରହନ୍ତି ।

ଯେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣଙ୍କର ଏହିପରି ବହିର୍ବସ୍ତୁର ଆକୃତି ଧାରଣ ନିବାରଣ କରିପାରନ୍ତି ଓ ମନ ସହିତ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଏକୀଭୂତ କରିବାରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ହିଁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ବିଜିତ ହୋଇ ରହନ୍ତି । ପୁଣି ଯେତେବେଳେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ସର୍ବତୋଭାବେ ବଶୀଭୂତ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ହିଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସ୍ନାୟୁ ଓ ମାଂସପେଶୀ ଆୟତ୍ତକୁ ଆସିଥାଏ; କାରଣ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ହିଁ ସର୍ବପ୍ରକାର ଅନୁଭୂତି ଓ କାର୍ଯ୍ୟର କେନ୍ଦ୍ରସ୍ୱରୂପ । ଏହି ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ଜ୍ଞାନେନ୍ଦ୍ରିୟ ଓ କର୍ମେନ୍ଦ୍ରିୟ—ଏହି ଦୁଇ ଭାଗରେ ବିଭକ୍ତ । ସୁତରାଂ ଯେତେବେଳେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ସଂଯତ ହେବେ, ସେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ସର୍ବପ୍ରକାର ଭାବ ଓ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଜୟ କରିପାରିବେ; ସମଗ୍ର ଶରୀରଟି ହିଁ ତାଙ୍କର ବଶୀଭୂତ ହେବ । ଏପରି ଅବସ୍ଥା-ଲାଭ ହେଲେ ହିଁ ମନୁଷ୍ୟ ଦେହଧାରଣର ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରେ । ସେତେବେଳେ ସେ ଠିକ୍ ଠିକ୍ କହିପାରେ, 'ମୁଁ ଧନ୍ୟ ଯେ ମୁଁ ଜନ୍ମିଥିଲି ।' ଯେତେବେଳେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣଙ୍କ ଉପରେ ଏହିପରି ଶକ୍ତି ଲାଭ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ହିଁ ବୁଝିହୁଏ, ବାସ୍ତବିକ ଏ ଶରୀର ଅତି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ।

ତୃତୀୟ ଅଧ୍ୟାୟ

ବିଭୂତି ପାଦ

ଏ ଅଧ୍ୟାୟରେ ଯୋଗର ବିଭୂତି (ଶକ୍ତି ବା ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ) ବିଷୟ ଆଲୋଚିତ ହେବ ।

ଦେଶବନ୍ଧଶ୍ଚିତ୍ତସ୍ୟ ଧାରଣା ॥୧॥

—ଚିତ୍ତକୁ କୌଣସି ବିଷୟ ବସ୍ତୁରେ ଧରିରଖିବାର ନାମ ଧାରଣା ।

ଯେତେବେଳେ ମନ ଶରୀର ଭିତରେ ଅଥବା ବାହାରେ କୌଣସି ବସ୍ତୁରେ ସଂଲଗ୍ନ ହୁଏ ଓ କିଛି କାଳ ଏହି ଭାବରେ ରହେ, ତାହାକୁ ଧାରଣା (ଏକାଗ୍ରତା) କହନ୍ତି ।

ତତ୍ ପ୍ରତ୍ୟୟେକତାନତା ଧ୍ୟାନମ୍ ॥୨॥

—ସେହି ବସ୍ତୁବିଷୟକ ଜ୍ଞାନ ନିରନ୍ତର ଏକଭାବେ ପ୍ରବାହିତ ହେଲେ ତାହାକୁ 'ଧ୍ୟାନ' କହନ୍ତି ।

ମନେକର, ମନ କୌଣସି ଗୋଟିଏ ବିଷୟ ଚିନ୍ତା କରିବାର ଚେଷ୍ଟା କରୁଅଛି । କୌଣସି ଗୋଟିଏ ବିଶେଷ ସ୍ଥାନରେ, ଯଥା—ମସ୍ତକ ଉପରେ ଅଥବା ହୃଦୟରେ ନିଜକୁ ଧରି ରଖିବାର ଚେଷ୍ଟା କରୁଅଛି । ଯଦି ମନ ଶରୀରର କେବଳ ଏହି ଅଂଶ ଦେଇ ସର୍ବପ୍ରକାର ଅନୁଭୂତି ଗ୍ରହଣ କରିବା ପାଇଁ ସମର୍ଥ ହୁଏ ଓ ଶରୀରର ଅନ୍ୟ ସକଳ ଅଙ୍ଗକୁ ଯଦି ବିଷୟଗ୍ରହଣରୁ ନିବୃତ୍ତ ରଖିହୁଏ, ତେବେ ତାହାର ନାମ 'ଧାରଣା'; ଆଉ ମନ ଯେତେବେଳେ କିଛିକ୍ଷଣ ନିଜକୁ ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ରଖିବା ପାଇଁ ସମର୍ଥ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ 'ଧ୍ୟାନ' କୁହାଯାଏ ।

ତଦେବାର୍ଥମାତ୍ରନିର୍ଭାସଂ ସ୍ୱରୂପଶୂନ୍ୟମିବ ସମାଧିଃ ॥୩॥

—ତାହା ହିଁ ଯେତେବେଳେ ସମୁଦାୟ ବାହ୍ୟୋପାଧି ପରିତ୍ୟାଗ କରି କେବଳ ଅର୍ଥମାତ୍ର ପ୍ରକାଶ କରେ, ସେତେବେଳେ 'ସମାଧି'-ଆଖ୍ୟା ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ ।

ଯେତେବେଳେ ଧ୍ୟାନରେ ବସ୍ତୁର ଆକୃତି ବା ବାହ୍ୟ ଭାଗ ପରିତ୍ୟକ୍ତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ହିଁ ଏହି ସମାଧି-ଅବସ୍ଥା ଆସେ । ମନେକର, ମୁଁ ଖଣ୍ଡିଏ ପୁସ୍ତକ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଧ୍ୟାନ କରୁଅଛି, ଧୀରେ ଧୀରେ ମୁଁ ତାହା ଉପରେ ମନକୁ ଏକାଗ୍ର କରିବାରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେଲି, ସେତେବେଳେ କେବଳ ଭିତରର ଭାବନାଗୁଡ଼ିକୁ ଅନୁଭବ କରିବି, ଅର୍ଥଟିକୁ ବୁଝିବି, କୌଣସି ପ୍ରକାର ଆକାରରେ ତାହା ପ୍ରକାଶିତ ହେବ ନାହିଁ । ଧ୍ୟାନର ଏହି ଅବସ୍ଥାକୁ 'ସମାଧି' କହନ୍ତି ।

ତ୍ରୟମେକତ୍ର ସଂଯମଃ ॥୪॥

—ଏହି ତିନୋଟି ଯେତେବେଳେ ଏକତ୍ର ଅର୍ଥାତ୍ ଏକ ବସ୍ତୁ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ 'ସଂଯମ' କହନ୍ତି ।

ଯେତେବେଳେ କେହି ତାଙ୍କର ନିଜ ମନକୁ କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଦିଗକୁ ନେଇଯାଇ କୌଣସି ବସ୍ତୁ ଉପରେ ସ୍ଥିର କରିପାରନ୍ତି, ପରେ ଅନ୍ତର୍ଭାଗରୁ ବାହ୍ୟ ବସ୍ତୁକୁ ପୃଥକ୍ କରି ତା' ଉପରେ ମନକୁ ଅନେକ ସମୟ ରଖିପାରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ହିଁ 'ସଂଯମ' ହେଲା । ଅର୍ଥାତ୍ ଧାରଣା, ଧ୍ୟାନ ଓ ସମାଧି—ଏଗୁଡ଼ିକ ଗୋଟିଏ ପରେ ଗୋଟିଏ କ୍ରମାନ୍ୱୟରେ ଏକ ବସ୍ତୁ

ଉପରେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ହୋଇ ଏକତ୍ର ହୁଏ । ବର୍ତ୍ତମାନ ବସ୍ତୁର ବାହ୍ୟ ଆକାର ଅନ୍ତର୍ହିତ ହୁଏ, ମନରେ ତାର ଅର୍ଥମାତ୍ର ହିଁ ଅବଶିଷ୍ଟ ରହେ ।

ତଜ୍ଜୟାତ୍ ପ୍ରଜ୍ଞାଲୋକଃ ।।୫।।

—ଏହି ସଂଯମଦ୍ୱାରା ଯୋଗୀଙ୍କ ମନରେ ଜ୍ଞାନାଲୋକର ପ୍ରକାଶ ହୁଏ ।

ଯେତେବେଳେ କେହି ଏହି ସଂଯମସାଧନରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସମୁଦାୟ ଶକ୍ତି ତାଙ୍କର ଆୟତ୍ତ ହୁଏ । ଏହି ସଂଯମ ହିଁ ଯୋଗୀଙ୍କର ଜ୍ଞାନଲାଭର ପ୍ରଧାନ ଯନ୍ତ୍ର । ଜ୍ଞାନର ବିଷୟ ଅନନ୍ତ । ସେଗୁଡ଼ିକ ସ୍ଥୂଳ, ସ୍ଥୂଳତର, ସ୍ଥୂଳତମ ଓ ସୂକ୍ଷ୍ମ, ସୂକ୍ଷ୍ମତର, ସୂକ୍ଷ୍ମତମ ଇତ୍ୟାଦି ନାନା ବିଭାଗରେ ବିଭକ୍ତ । ଏହି ସଂଯମ ପ୍ରଥମତଃ ସ୍ଥୂଳ ବସ୍ତୁ ଉପରେ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ହୁଏ; ଆଉ ଯେତେବେଳେ ସ୍ଥୂଳ ବିଷୟରେ ଜ୍ଞାନଲାଭ ହେଉଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଟିକିଏ ଟିକିଏ କରି ସ୍ତରେ ସ୍ତରେ ତାହା ସୂକ୍ଷ୍ମତର ବସ୍ତୁ ଉପରେ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ହେବ ।

ତସ୍ୟ ଭୂମିଷୁ ବିନିୟୋଗଃ ।।୬।।

—ଏହି ସଂଯମ ସୋପାନକ୍ରମେ ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ଉଚିତ ।

ଖୁବ୍ ଦ୍ରୁତ ବେଗରେ ଯିବାର ଚେଷ୍ଟା କର ନାହିଁ, ଏହି ସୂତ୍ର ଏହିପରି ସାବଧାନ କରି ଦେଉଛି ।

ତ୍ରୟମନ୍ତରଙ୍ଗଂ ପୂର୍ବେଭ୍ୟଃ ।।୭।।

—ଏହି ତିନୋଟି, ପୂର୍ବକଥିତ ସାଧନଗୁଡ଼ିକ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ଅନ୍ତରଙ୍ଗ ସାଧନ ।

ଏହା ପୂର୍ବରୁ ଯମ, ନିୟମ, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ ଓ ପ୍ରତ୍ୟାହାର ବିଷୟ କଥିତ ହୋଇଅଛି । ସେଗୁଡ଼ିକ ଧାରଣା, ଧ୍ୟାନ ଓ ସମାଧି ତୁଳନାରେ ବହିଃରଙ୍ଗ । ଏହି 'ଧାରଣା' ଆଦି ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କଲେ ମନୁଷ୍ୟ ସର୍ବଜ୍ଞ ଓ ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍ ହୋଇପାରେ; କିନ୍ତୁ ସର୍ବଶକ୍ତିମତ୍ତା ତ ମୁକ୍ତି ନୁହେଁ । ଏହି ତ୍ରିବିଧ ସାଧନଦ୍ୱାରା ମନ ନିର୍ବିକଳ୍ପ ଅର୍ଥାତ୍ ପରିଣାମଶୂନ୍ୟ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଏହି ତ୍ରିବିଧ ସାଧନ ଆୟତ୍ତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଦେହଧାରଣର ବୀଜ ରହିଯାଏ । ଯୋଗୀମାନଙ୍କ ଭାଷାରେ ସେହି ବୀଜଗୁଡ଼ିକ 'ଭର୍ଜିତ' ହେଲେ ତାଙ୍କର ଅଙ୍କୁର ଉତ୍ପାଦନ କରିବାର ଶକ୍ତି ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । ବିଭୂତିସମୂହ ବୀଜଗୁଡ଼ିକୁ ଭର୍ଜିତ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ।

ତଦପି ବହିରଙ୍ଗଂ ନିର୍ବୀଜସ୍ୟ ।।୮।।

—କିନ୍ତୁ ଏହି 'ସଂଯମ' ଓ (ଧାରଣା, ଧ୍ୟାନ ଓ ସମାଧି ଏକତ୍ର) ନିର୍ବୀଜ ସମାଧି ପକ୍ଷରେ ବହିରଙ୍ଗସ୍ୱରୂପ ।

ଏହି କାରଣ ହେତୁ ନିର୍ବୀଜ ସମାଧି ସହିତ ତୁଳନା କଲେ ଏହିଗୁଡ଼ିକୁ ହିଁ ବହିଃରଙ୍ଗ କହିବାକୁ ହେବ । ଆମେ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତପ୍ରକୃତ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ସମାଧି-ଅବସ୍ଥା ଲାଭ ନ କରି ଗୋଟିଏ ନିମ୍ନତର ଭୂମିରେ ହିଁ ଅଛୁ । ସେହି ଅବସ୍ଥାରେ ଏହି ପରିଦୃଶ୍ୟମାନ ଜଗତ ବର୍ତ୍ତମାନ ରହିଛି, ବିଭୂତି ବା ସିଦ୍ଧିସକଳ ଏହି ଜଗତର ହିଁ ଅନ୍ତର୍ଗତ ।

ବ୍ୟୁତ୍ଥାନ ନିରୋଧସଂସ୍କାରୟୋରଭିଭବ ପ୍ରାଦୁର୍ଭାବୌ
ନିରୋଧକ୍ଷଣଚିତ୍ତାନ୍ୱୟୋ ନିରୋଧପରିଣାମଃ ।।୯।।

—ଯେତେବେଳେ ବ୍ୟୁତ୍ଥାନ ଅର୍ଥାତ୍ ମନଶ୍ଚାଞ୍ଚଲ୍ୟର ଅଭିଭବ (ନାଶ) ଓ ନିରୋଧ ସଂସ୍କାରର ଆବିର୍ଭାବ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଚିତ୍ତ-ନିରୋଧ ନାମକ ଅବସରର ଅନୁଗତ ହୁଏ, ତାହାକୁ ନିରୋଧ ପରିଣାମ କହନ୍ତି ।

ଏହାର ଅର୍ଥ ଏହି ଯେ ସମାଧିର ପ୍ରଥମ ଅବସ୍ଥାରେ ମନର ସମଗ୍ର ବୃତ୍ତି ନିରୁଦ୍ଧ ହୁଏ ସତ, କିନ୍ତୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ନୁହେଁ; କାରଣ ତାହାହେଲେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ବୃତ୍ତି ହିଁ ରହନ୍ତା ନାହିଁ । ମନେକର, ମନରେ ଏକ ପ୍ରକାର ବୃତ୍ତି ଉଦିତ ହୋଇଅଛି, ଯାହା ମନକୁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଦିଗକୁ ନେଇ ଯାଉଅଛି, ଆଉ ଯୋଗୀ ଏହି ବୃତ୍ତିକୁ ସଂଯତ କରିବାର ଚେଷ୍ଟା କରୁଛନ୍ତି; ଏ ଅବସ୍ଥାରେ ଏହି ସଂଯମ-ଚେଷ୍ଟାଟିକୁ ମଧ୍ୟ ଗୋଟିଏ ବୃତ୍ତି କହିବାକୁ ହେବ । ଗୋଟିଏ ତରଙ୍ଗ ଆଉ ଗୋଟିଏ ତରଙ୍ଗଦ୍ୱାରା ନିବାରିତ ହେଲା, ସୁତରାଂ ଏହା ସବୁ ତରଙ୍ଗର ନିବୃତ୍ତିରୂପକ ସମାଧି ନୁହେଁ; କାରଣ ଏହି ସଂଯମଟି ମଧ୍ୟ ଗୋଟିଏ ତରଙ୍ଗ । ତେବେ ଯେଉଁ ଅବସ୍ଥାରେ ମନରେ ତରଙ୍ଗ ପରେ ତରଙ୍ଗ ଆସୁଥାଏ, ତଦପେକ୍ଷା ଏହି ନିମ୍ନତର ସମାଧି ସେହି ଉଚ୍ଚତର ସମାଧିର ଖୁବ୍ ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ।

ତସ୍ୟ ପ୍ରଶାନ୍ତବାହିତା ସଂସ୍କାରାତ୍ ॥୧୦॥

—ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ଏହାର ସ୍ଥିରତା ଆସେ ।

ଦିନ ପରେ ଦିନ ଅଭ୍ୟାସ କଲେ ମନଃସଂଯମର ଏହି ନିରନ୍ତର ଚେଷ୍ଟା-ପ୍ରବାହ ସ୍ଥିର ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ମନ ସର୍ବଦା ଏକାଗ୍ର ହେବାର ଶକ୍ତି ଲାଭ କରେ ।

ସର୍ବାର୍ଥତୈକାଗ୍ରତୟୋଃ କ୍ଷୟୋଦୟୌ ଚିତ୍ତସ୍ୟ ସମାଧି ପରିଣାମଃ ॥୧୧॥

—ମନରେ ସର୍ବପ୍ରକାର ବସ୍ତୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଓ ମନକୁ ଗୋଟିଏ ବିଷୟରେ ଏକାଗ୍ର କରିବା, ଏ ଦୁଇଟିର ଯେତେବେଳେ ଯଥାକ୍ରମେ କ୍ଷୟ ଓ ଉଦୟ ହୁଏ, ତାହାକୁ ଚିତ୍ତର ସମାଧି-ପରିଣାମ କହନ୍ତି ।

ମନ ସର୍ବଦା ହିଁ ନାନା ପ୍ରକାର ବିଷୟ ଗ୍ରହଣ କରୁଅଛି, ସକଳ ବସ୍ତୁକୁ ଯାଉଛି, ଏହା ନିମ୍ନ ଅବସ୍ଥା । ଏହା ଅପେକ୍ଷା ମନର ଆଉ ଗୋଟିଏ ଉଚ୍ଚତର ଅବସ୍ଥା ଅଛି, ସେଠାରେ ମନ ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ବସ୍ତୁ ଗ୍ରହଣ କରେ ଓ ଅନ୍ୟ ସକଳ ବସ୍ତୁ ତ୍ୟାଗ କରେ । ଏହି ଏକ ବସ୍ତୁକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ଫଳ ସମାଧି ।

ଶାନ୍ତୋଦିତୌ ତୁଲ୍ୟପ୍ରତ୍ୟୟୌ ଚିତ୍ତସ୍ୟୈକାଗ୍ରତା ପରିଣାମଃ ॥୧୨॥

—ଯେତେବେଳେ ମନ ଶାନ୍ତ ଓ ଉଦିତ ଅର୍ଥାତ୍ ଅତୀତ ଓ ବର୍ତ୍ତମାନ ଉଭୟ ଅବସ୍ଥାରେ ହିଁ ତୁଲ୍ୟପ୍ରତ୍ୟୟ ହୁଏ, ଅର୍ଥାତ୍ ଉଭୟଙ୍କୁ ହିଁ ଏକ ସମୟରେ ଗ୍ରହଣ କରିପାରେ, ତାହାକୁ ଚିତ୍ତର ଏକାଗ୍ରତା-ପରିଣାମ କହନ୍ତି ।

କିପରି ଜଣାଯିବ—ମନ ଏକାଗ୍ର ହୋଇଅଛି ? ମନ ଏକାଗ୍ର ହେଲେ ସମୟର କୌଣସି ଜ୍ଞାନ ରହିବ ନାହିଁ । ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ଯେତେ ସମୟ ଅତିବାହିତ ହୁଏ, ବୁଝିବାକୁ ହେବ, ଆମେ ସେତେ ଏକାଗ୍ର ହେଉଅଛୁ । ସାଧାରଣତଃ ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ ଯେ ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଆଗ୍ରହର ସହିତ କୌଣସି ପୁସ୍ତକପାଠରେ ମଗ୍ନ ହେଉ, ସେତେବେଳେ ସମୟ ପ୍ରତି ଆମର କୌଣସି ଲକ୍ଷ୍ୟ ରହେ ନାହିଁ; ଆମେ ଯେତେବେଳେ ପୁସ୍ତକପାଠରୁ ବିରତ ହେଉ ସେତେବେଳେ ଭାବି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେଉ ଯେ, କେତେ ସମୟ ଅତିବାହିତ ହୋଇଯାଇଛି । ସମଗ୍ର ସମୟଟି ଯେପରି ଏକତ୍ର ହୋଇ ବର୍ତ୍ତମାନରେ ଏକୀଭୂତ ହେବ । ଏଥିପାଇଁ କୁହାଯାଇଅଛି, ଯେତେବେଳେ ଅତୀତ ଓ ବର୍ତ୍ତମାନ ଆସି ଏକତ୍ର ମିଳିତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ହିଁ ମନ ଏକାଗ୍ର ହୋଇଥାଏ ।

ଏତେନ ଭୂତେନ୍ଦ୍ରିୟେଷୁ ଧର୍ମଲକ୍ଷଣାବସ୍ଥାପରିଣାମା ବ୍ୟାଖ୍ୟାତାଃ ॥୧୩॥

—ଏହାଦ୍ୱାରା ହିଁ ଭୂତ ଓ ଇନ୍ଦ୍ରିୟର ଯେଉଁ ଧର୍ମ, ଲକ୍ଷଣ ଓ ଅବସ୍ଥାରୂପକ ପରିଣାମ ଅଛି, ତାହାର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରାହେଲା ।

ପୂର୍ବ ତିନୋଟି ସୂତ୍ରରେ ଯେଉଁ ଚିତ୍ତର ନିରୋଧାଦି ପରିଣାମ କଥା କୁହାହୋଇଅଛି, ତଦ୍ଦ୍ୱାରା ଭୂତ ଓ ଇନ୍ଦ୍ରିୟର ଧର୍ମ, ଲକ୍ଷଣ ଓ ଅବସ୍ଥା-ରୁପକ ତିନି ପ୍ରକାର ପରିଣାମର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରାଗଲା । ମନ କ୍ରମାଗତ ବୃତ୍ତିରେ ପରିଣତ ହେଉଅଛି, ଏହା ମନର 'ଧର୍ମରୂପକ' ପରିଣାମ । ତାହା ଯେ ଅତୀତ, ବର୍ତ୍ତମାନ ଓ ଭବିଷ୍ୟତ—ଏହି ତିନି କାଳ ମଧ୍ୟଦେଇ ଚାଲୁଅଛି, ଏହା ହିଁ ମନର 'ଲକ୍ଷଣରୂପକ' ପରିଣାମ; ଆଉ ପୁଣି କେବେ ଯେ ନିରୋଧସଂସ୍କାର ପ୍ରବଳ ଓ ବ୍ୟୁତ୍‌ଥାନ-ସଂସ୍କାର ଦୁର୍ବଳ ଅଥବା ତାହାର ବିପରୀତ ହୁଏ, ଏହା ମନର 'ଅବସ୍ଥାରୂପକ' ପରିଣାମ । ମନର ଏହି ପରିଣାମ-ତ୍ରୟ ସମଭୂତ ଓ ଇନ୍ଦ୍ରିୟର ତ୍ରିବିଧ ପରିଣାମ ବୋଲି ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ଯଥା, ମୃତ୍ତିକାରୂପକ ଧର୍ମୀର ପିଣ୍ଡରୂପକ ଧର୍ମ ଯାଇ ସେଥିରେ ଯେଉଁ ଘଟାକାର ଧର୍ମ ଆବିର୍ଭୂତ ହୁଏ, ତାହା ଧର୍ମ-ପରିଣାମ । ସେହି ଘଟର ବର୍ତ୍ତମାନ, ଅତୀତ ଓ ଭବିଷ୍ୟତ ଅବସ୍ଥାରୂପକ ପରିଣାମକୁ ଲକ୍ଷଣ-ପରିଣାମ ଏବଂ ତାହାର ନୂତନତ୍ୱ ଓ ପୁରାତନତ୍ୱ ଆଦି ଅବସ୍ଥାରୂପକ ପରିଣାମକୁ ଅବସ୍ଥା-ପରିଣାମ କହନ୍ତି ।

ଯୋଗୀ ଯାହାଦ୍ୱାରା ମନର ବୃତ୍ତି ବା ପରିଣାମଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ଇଚ୍ଛାପୂର୍ବକ କ୍ଷମତା ସଞ୍ଚାଳନ କରିପାରନ୍ତି, ପୂର୍ବବର୍ତ୍ତୀ ସୂତ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ସେହି ସକଳ ସମାଧିର କଥା ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଅଛି । ସେଥିରୁ ହିଁ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ସଂଯମଶକ୍ତି ଲାଭ ହୋଇଥାଏ ।

ଶାନ୍ତୋଦିତାବ୍ୟପଦେଶ୍ୟଧର୍ମାନୁପାତୀ ଧର୍ମୀ ॥୧୪॥

—ଶାନ୍ତ (ଅର୍ଥାତ୍ ଅତୀତ), ଉଦିତ (ବର୍ତ୍ତମାନ) ଓ ଅବ୍ୟପଦେଶ୍ୟ (ଭବିଷ୍ୟତ) ଧର୍ମ ଯେଉଁଥିରେ ଅବସ୍ଥିତ, ତାହାର ନାମ ଧର୍ମୀ ।

ଯାହା ଉପରେ କାଳ ଓ ସଂସ୍କାର କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଅଛି, ଯାହା ସର୍ବଦା ହିଁ ପରିଣାମପ୍ରାପ୍ତ ଓ ବ୍ୟକ୍ତଭାବ ଧାରଣ କରୁଅଛି, ତାହାକୁ ହିଁ ଧର୍ମୀ କହାଯାଏ ।

କ୍ରମାନ୍ୟତ୍ୱଂ ପରିଣାମାନ୍ୟତ୍ୱେ ହେତୁଃ ॥୧୫॥

—ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପରିଣାମ ହେବାର କାରଣ କ୍ରମର ବିଭିନ୍ନତା (ପୂର୍ବାପର ପାର୍ଥକ୍ୟ) ।

ପରିଣାମତ୍ରୟସଂଯମାଦତୀତାନାଗତଜ୍ଞାନମ୍ ॥୧୬॥

—ପୂର୍ବୋକ୍ତ ତିନୋଟି ପରିଣାମ ପ୍ରତି ଚିତ୍ତସଂଯମ କଲେ ଅତୀତ ଓ ଅନାଗତର ଜ୍ଞାନ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ।

ପୂର୍ବେ ସଂଯମର ଯେଉଁ ଲକ୍ଷଣ କୁହାଯାଇଅଛି, ଆମେ ତାହା ଯେପରି ବିସ୍ମୃତ ନ ହେଉ । ଯେତେବେଳେ ମନ ବସ୍ତୁର ବାହ୍ୟ ଭାଗ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ତାହାର ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ଭାବଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ନିଜକୁ ଏକୀଭୂତ କରିବାର ଉପଯୁକ୍ତ ଅବସ୍ଥାରେ ଉପନୀତ ହୁଏ, ଯେତେବେଳେ ଦୀର୍ଘ ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ମନ ଏକମାତ୍ର ତାହାକୁ ହିଁ ଧାରଣ କରି ମୁହୂର୍ତ୍ତକ ମଧ୍ୟରେ ସେହି ଅବସ୍ଥାରେ ଉପନୀତ ହେବାର ଶକ୍ତି ଲାଭ କରେ, ସେତେବେଳେ ତାହାକୁ 'ସଂଯମ' କହନ୍ତି । ଏହି ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରି ଯଦି କେହି ଭୂତ ଭବିଷ୍ୟତ ଜାଣିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି, ତାହାଙ୍କୁ କେବଳ ସଂସ୍କାରର ପରିଣାମଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ସଂଯମ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ହେବ । କେତେଗୁଡ଼ିଏ ସଂସ୍କାର ବର୍ତ୍ତମାନ ଅବସ୍ଥାରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଅଛି, କେତେଗୁଡ଼ିକର

ଭୋଗ ଶେଷ ହୋଇଯାଇଛି, ଆଉ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ବର୍ତ୍ତମାନ ମଧ୍ୟ ଫଳ ପ୍ରଦାନ କରିବେ ବୋଲି ସଞ୍ଚିତ ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି । ଏଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ସଂଯମ ପ୍ରୟୋଗ କରି ସେ ଭୂତ ଭବିଷ୍ୟତ ସମସ୍ତ ଜାଣିପାରନ୍ତି ।

ଶବ୍ଦାର୍ଥପ୍ରତ୍ୟୟାନାମିତରେତରାଧ୍ୟାସାତ୍
ସଙ୍କରସ୍ତତ୍ପ୍ରବିଭାଗସଂଯମାତ୍ ସର୍ବଭୂତରୁତଜ୍ଞାନମ୍ ।।୧୭।।

—ଶବ୍ଦ, ଅର୍ଥ ଓ ପ୍ରତ୍ୟୟ ପରସ୍ପର ପରସ୍ପର ପ୍ରତି ଆରୋପ ହେତୁ ଏହିପରି ସଙ୍କରାବସ୍ଥା ହୋଇଅଛି । ସେଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରଭେଦଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ସଂଯମ ଅବଲମ୍ବନ କଲେ ସମଗ୍ର ପ୍ରାଣୀଙ୍କର ରୁତ (ଶବ୍ଦ) ଜ୍ଞାନ ହୋଇଥାଏ ।

'ଶବ୍ଦ' କହିଲେ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ବାହ୍ୟ ବିଷୟ, ଯାହା ମନରେ କୌଣସି ବୃତ୍ତି ଜାଗ୍ରତ କରିଦିଏ । 'ଅର୍ଥ' କହିଲେ ବୁଝିବାକୁ ହେବ, ଯେଉଁ ଶରୀରାଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ପ୍ରବାହ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଦ୍ୱାରା ଲବ୍ଧ ବିଷୟାଭିଘାତ-ଜନିତ ବେଦନାକୁ ନେଇଯାଇ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ପହଞ୍ଚାଇ ଦିଏ ଏବଂ 'ଜ୍ଞାନ' କହିଲେ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ମନର ସେହି ପ୍ରତିକ୍ରିୟା, ଯେଉଁଥିରୁ ବିଷୟାନୁଭୂତି ହୁଏ । ଏହି ତିନୋଟି ମିଶ୍ରିତ ହୋଇ ଆମମାନଙ୍କର ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୋଚର ବିଷୟଜ୍ଞାନ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ମନେକର, ମୁଁ ଗୋଟିଏ ଶବ୍ଦ ଶୁଣିଲି, ପ୍ରଥମେ ବହିର୍ଦେଶରେ ଗୋଟିଏ ସ୍ପନ୍ଦନ ହେଲା, ତାପରେ ଗୋଟିଏ ଅନ୍ତରସଂବେଦନା-ପ୍ରବାହ ଶ୍ରବଣେନ୍ଦ୍ରିୟଦ୍ୱାରା ମନକୁ ନୀତ ହେଲା, ସେତେବେଳେ ମନ ପ୍ରତିଘାତ କଲା ଏବଂ ମୁଁ (ଅର୍ଥ ସହ) ଶବ୍ଦଟି ଜାଣିପାରିଲି । ମୁଁ ଏହି ଯେ ଶବ୍ଦଟି ଶୁଣିଲି, ତାହା ତିନୋଟି ପଦାର୍ଥର ମିଶ୍ରଣ—ପ୍ରଥମେ କମ୍ପନ, ଦ୍ୱିତୀୟ ସଂବେଦନପ୍ରବାହ ଓ ତୃତୀୟ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା । ସାଧାରଣତଃ ଏ ତିନୋଟିକୁ ପୃଥକ୍ କରାଯାଏ ନାହିଁ; କିନ୍ତୁ ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ଯୋଗୀ ସେଗୁଡ଼କୁ ପୃଥକ୍ କରିପାରନ୍ତି । ସାଧକ ଯେତେବେଳେ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ପୃଥକ କରିବାର ଶକ୍ତି ଲାଭ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେ ଯେକୌଣସି ଶବ୍ଦ ଉପରେ 'ସଂଯମ' ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତି; ଏହି ଶବ୍ଦ ମନୁଷ୍ୟକୃତ ହେଉ ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପ୍ରାଣୀକୃତ ହେଉ—ତାହାର ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅର୍ଥ ସେ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ବୁଝିପାରନ୍ତି ।

ସଂସ୍କାରସାକ୍ଷାତ୍କରଣାତ୍ ପୂର୍ବଜାତିଜ୍ଞାନମ୍ ।।୧୮।।

—ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକୁ ଧରିପାରିଲେ ଅର୍ଥାତ୍ ସାକ୍ଷାତ୍‌ଭାବେ ଜାଣିପାରିଲେ ପୂର୍ବଜନ୍ମର ଜ୍ଞାନ ହୁଏ ।

ଆମେମାନେ ଯାହା କିଛି ଅନୁଭବ କରୁ, ସମସ୍ତ ହିଁ ଆମମାନଙ୍କ ଚିତ୍ତରୁ ତରଙ୍ଗାକାରରେ ଆସିଥାଏ । ସେଗୁଡ଼ିକ ପୁଣି ଚିତ୍ତରେ ହିଁ ମିଳେଇଯାଏ, କ୍ରମଶଃ ସୂକ୍ଷ୍ମତର ହେଉଥାଏ, ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ ନାହିଁ । ତାହା ସେଠାରେ ଅତି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଆକାରରେ ଥାଏ, ଯଦି ଆମେ ଏହି ତରଙ୍ଗଟିକୁ ପୁନରାୟ ଉତ୍‌ଥିତ କରିପାରୁ, ତାହେଲେ ତାହା ହିଁ 'ସ୍ମୃତି' । ସୁତରାଂ ଯୋଗୀ ଯଦି ମନର ଏହି ସକଳ ପୂର୍ବ ସଂସ୍କାର ଉପରେ 'ସଂଯମ' କରିପାରନ୍ତି, ତେବେ ସେ ତାଙ୍କର ପୂର୍ବବର୍ତ୍ତୀ ସକଳ ଜନ୍ମର କଥା ସ୍ମରଣ କରିପାରିବେ ।

ପ୍ରତ୍ୟୟସ୍ୟ ପରଚିତ୍ତ-ଜ୍ଞାନମ୍ ।।୧୯।।

—ଅନ୍ୟ ଲୋକର ଶରୀରରେ ଯେଉଁ ସକଳ ଚିହ୍ନ ଅଛି, ସେଗୁଡ଼ିକରେ ସଂଯମ କଲେ ସେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମନର ଭାବ ଜାଣି ହୁଏ ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଶରୀରରେ ହିଁ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ବିଶେଷ ପ୍ରକାରର ଚିହ୍ନ ଅଛି, ତଦ୍ଦ୍ୱାରା ତାହାକୁ ଅପର ବ୍ୟକ୍ତିଠାରୁ ପୃଥକ୍ କରାଯାଏ । ଯେତେବେଳେ ଯୋଗୀ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିର ଏହି ବିଶେଷ ଚିହ୍ନଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ 'ସଂଯମ' କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମନର ଗଠନ ବା ଅବସ୍ଥା ଜାଣିପାରନ୍ତି ।

ନ ଚ ତତ୍ ସାଲମ୍ବନଂ ତସ୍ୟାବିଷୟୀଭୂତତ୍ୱାତ୍ ॥୨୦॥

—କିନ୍ତୁ ଏହି ଚିତ୍ତର ଅବଲମ୍ବନ କଅଣ, ତାହା ଜାଣିପାରନ୍ତି ନାହିଁ, କାରଣ ତାହା ତାଙ୍କର ସଂଯମର ବିଷୟ ନୁହେଁ ।

ଶରୀର ଉପରେ 'ସଂଯମ' କରି ମନ ଭିତରେ କଅଣ ହେଉଅଛି, ତାହା ସେ ଜାଣିପାରିବେ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ଦୁଇ ଥର 'ସଂଯମ' କରିବା ଦରକାର ହେବ । ପ୍ରଥମେ ଶରୀରର ଲକ୍ଷଣସମୂହ ଉପରେ ଓ ତାପରେ ମନ ଉପରେ ହିଁ ସଂଯମ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ହେବ । ତାହେଲେ ଯୋଗୀ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମନରେ କଅଣ ଅଛି, ସମସ୍ତ ଜାଣିପାରିବେ ।

କାୟରୂପସଂଯମାତ୍ତଦ୍‌ଗ୍ରାହ୍ୟଶକ୍ତି–ସ୍ତମ୍ଭେ
ଚକ୍ଷୁଃପ୍ରକାଶାଦସମ୍ପ୍ରୟୋଗେଽନ୍ତର୍ଧାନମ୍*॥୨୧॥

—ଦେହର ଆକୃତି ଉପରେ ସଂଯମ କରି ଏହି ଆକୃତିକୁ ଅନୁଭବ କରିବାର ଶକ୍ତି ସ୍ତମ୍ଭିତ (ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ) ହେଲେ ଓ ଚକ୍ଷୁର ପ୍ରକାଶ ଶକ୍ତି ସହିତ ତାହାର ଅସଂଯୋଗ ହେଲେ ଯୋଗୀ ଲୋକ ସମକ୍ଷରେ ଅନ୍ତର୍ହିତ ହୋଇପାରନ୍ତି ।

ମନେକର, କୌଣସି ଯୋଗୀ ଏହି ଗୃହମଧ୍ୟରେ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହୋଇଛନ୍ତି; ସେ ଆପାତଦୃଷ୍ଟିରେ ସମସ୍ତଙ୍କ ସମକ୍ଷରେ ଅନ୍ତର୍ହିତ ହୋଇପାରନ୍ତି । ସେ ଯେ ବାସ୍ତବିକ ଅନ୍ତର୍ହିତ ହୁଅନ୍ତି ତାହା ନୁହେଁ, ମାତ୍ର କେହି ତାଙ୍କୁ ଦେଖିପାରିବେ ନାହିଁ । ଶରୀରର ଆକୃତି ଓ ଶରୀର, ଏ ଦୁଇଟିକୁ ସେ ଯେପରି ପୃଥକ୍ କରିପକାନ୍ତି । ଏହା ଯେପରି ସ୍ମରଣ ଥାଏ ଯେ, ଯୋଗୀ ଯେତେବେଳେ ଏପ୍ରକାର ଏକାଗ୍ରତା ଶକ୍ତି ଲାଭ କରନ୍ତି ଯେ ସେ ବସ୍ତୁର ଆକାର ଓ ବସ୍ତୁକୁ ପରସ୍ପର ପୃଥକ୍ କରିପାରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ହିଁ ସେ ଏପରି ଅଦୃଶ୍ୟ ହୋଇପାରନ୍ତି । ଯୋଗୀ ଆକାର ଓ ଏହି ଆକାରବାନ୍ ବସ୍ତୁର ପାର୍ଥକ୍ୟ ଉପରେ ସଂଯମ ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତି ଏବଂ ଏହି ଆକୃତିକୁ ଅନୁଭବ କରିବାର ଶକ୍ତିକୁ ବାଧା ଦିଅନ୍ତି । ଆକୃତି ଓ ଆକାରବାନ୍ ବସ୍ତୁର ସଂଯୋଗ ହେତୁ ଆମେ ଆକୃତି ଉପଲବ୍ଧି କରୁ ।

ଏତେନ ଶବ୍ଦାଦ୍ୟନ୍ତର୍ଧାନମୁକ୍ତମ୍ ॥୨୨॥

—ଏହାଦ୍ୱାରା ଶବ୍ଦାଦିର ଅନ୍ତର୍ଦ୍ଧାନ ଅର୍ଥାତ୍ ଶବ୍ଦାଦିକୁ ଅନ୍ୟର ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୋଚର ହେବାକୁ ନ ଦେବା କଥା ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରାହେଲା ।

—ସୋପକ୍ରମଂ ନିରୁପକ୍ରମଞ୍ଚ କର୍ମ ତତ୍‌ସଂଯମାଦ –
ପରାନ୍ତଜ୍ଞାନମରିଷ୍ଟେଭ୍ୟୋ ବା ॥ ୨୩ ॥

—କର୍ମ ଦୁଇ ପ୍ରକାର, ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାରର ଫଳ ଶୀଘ୍ର ଲାଭ ହେବ, ଅନ୍ୟ ପ୍ରକାର

---

* ପାଠାନ୍ତର—ଚକ୍ଷୁଃପ୍ରକାଶାସଂଯୋଗେଽନ୍ତର୍ଧାନମ୍ ।

ବିଳମ୍ବରେ ଫଳ ପ୍ରସବ କରିବ । ଏଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ସଂଯମ କଲେ ଅଥବା ଅରିଷ୍ଟ-ନାମକ ମୃତ୍ୟୁ ଲକ୍ଷଣସମୂହ ଉପରେ ସଂଯମ ପ୍ରୟୋଗ କଲେ ଯୋଗୀମାନେ ଦେହତ୍ୟାଗର ସଠିକ୍ ସମୟ ଅବଗତ ହୋଇପାରନ୍ତି ।

ଯେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ତାଙ୍କ ନିଜ କର୍ମ ଉପରେ ଅର୍ଥାତ୍ ତାଙ୍କ ମନ ଭିତରେ ଯେଉଁ ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକର କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଅଛି ତାହାଦ୍ୱାରା ଓ ସେଗୁଡ଼ିକ କେବେ ଫଳ ପ୍ରସବ ପାଇଁ ଅପେକ୍ଷା କରୁଅଛନ୍ତି, ସେଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ସଂଯମ ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେ ଯେଉଁଗୁଡ଼ିକ ଫଳପ୍ରସବ ପାଇଁ ଅପେକ୍ଷା କରୁଛନ୍ତି, ସେଗୁଡ଼ିକଦ୍ୱାରା ଜାଣିପାରନ୍ତି— କେବେ ତାଙ୍କର ଶରୀରପାତ ହେବ । କେଉଁ ଦିନ, କେତେଟା ସମୟରେ, ଏପରିକି କେତେ ମିନିଟରେ ମୃତ୍ୟୁ ହେବ, ସେକଥା ମଧ୍ୟ ସେ ଜାଣିପାରନ୍ତି । ମୃତ୍ୟୁ ଯେ ସର୍ବଦା ଆସନ୍ନ—ଏହା ଜାଣିବା ହିନ୍ଦୁମାନେ ବିଶେଷ ପ୍ରୟୋଜନୀୟ ମନେକରନ୍ତି; କାରଣ ଗୀତାରେ ଏହା ଶିକ୍ଷା ଦିଆଯାଇଅଛି ଯେ, ମୃତ୍ୟୁକାଳୀନ ଚିନ୍ତା ପରବର୍ତ୍ତୀ-ଜୀବନ ନିୟନ୍ତିତ କରିବା ପକ୍ଷରେ ବିଶେଷ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ।

ମୈତ୍ର୍ୟାଦିଷୁ ବଲାନି ॥୨୪॥

—ମୈତ୍ରୀ, କରୁଣା ଇତ୍ୟାଦି (୧୩୩) ଗୁଣଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ସଂଯମ ପ୍ରୟୋଗ କଲେ ଯୋଗୀ ଏହି ଗୁଣଗୁଡ଼ିକର ଉତ୍କର୍ଷତା ଲାଭ କରନ୍ତି ।

ବଲେଷୁ ହସ୍ତିବଲାଦୀନି ॥୨୫॥

—ହସ୍ତୀ ପ୍ରଭୃତିଙ୍କ ବଳ ଉପରେ ସଂଯମ ପ୍ରୟୋଗ କଲେ ଯୋଗୀର ଶରୀରରେ ହେ' ସେହି ପ୍ରାଣୀର ବଳ ଆସେ ।

ଯେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ଏହି ସଂଯମଶକ୍ତି ଲାଭ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେ ଯଦି ବଳଲାଭ କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି ଏବଂ ହସ୍ତୀର ବଳ ଉପରେ ସଂଯମ ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତି, ତେବେ ତାହା ହିଁ ଲାଭ କରିଥାଆନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଭିତରେ ହିଁ ଅନନ୍ତ ଶକ୍ତି ରହିଅଛି; ସେ ଯଦି ଉପାୟ ଜାଣେ ତେବେ ଏହି ଶକ୍ତିକୁ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ବ୍ୟବହାର ମଧ୍ୟ କରିପାରେ । ଯୋଗୀ ତାହା ଲାଭ କରିବାର ବିଜ୍ଞାନ ଆବିଷ୍କାର କରିଛନ୍ତି ।

ପ୍ରବୃତ୍ତ୍ୟାଲୋକନ୍ୟାସତ୍ ସୂକ୍ଷ୍ମ ବ୍ୟବହିତ ବିପ୍ରକୃଷ୍ଟଜ୍ଞାନମ୍ ॥୨୬॥

—(ପୂର୍ବକଥିତ) ମହାଜ୍ୟୋତି (୧୩୬) ଉପରେ ସଂଯମ କଲେ ସୂକ୍ଷ୍ମ, ବ୍ୟବହିତ ଓ ଦୂରବର୍ତ୍ତୀ ବସ୍ତୁର ଜ୍ଞାନ ହୋଇଥାଏ ।

ହୃଦୟରେ ଯେଉଁ ମହାଜ୍ୟୋତି ଅଛି, ତା' ଉପରେ ସଂଯମ କଲେ ଅତି ଦୂରବର୍ତ୍ତୀ ବସ୍ତୁ ମଧ୍ୟ ସେ ଦେଖିପାରନ୍ତି । ଯଦି କୌଣସି ବସ୍ତୁ ପାହାଡ଼ର ଆଢୁଆଳରେ ଥାଏ, ତାହା ଏବଂ ଅତି ସୂକ୍ଷ୍ମ ସୂକ୍ଷ୍ମ ବସ୍ତୁ ମଧ୍ୟ ସେ ଦେଖିପାରନ୍ତି ।

ଭୂବନଜ୍ଞାନଂ ସୂର୍ଯ୍ୟ ସଂଯମାତ୍ ॥୨୭॥

—ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କଠାରେ ସଂଯମଦ୍ୱାରା ସମଗ୍ର ଜଗତର ଜ୍ଞାନଲାଭ ହୁଏ ।

ଚନ୍ଦ୍ରେ ତାରାବ୍ୟୂହଜ୍ଞାନମ୍ ॥୨୮॥

—ଚନ୍ଦ୍ରରେ ସଂଯମ କଲେ ତାରକାସମୂହର ଜ୍ଞାନଲାଭ ହୁଏ ।

ଧ୍ରୁବେ ତଦ୍‌ଗତିଜ୍ଞାନମ୍ ॥୨୯॥

—ଧ୍ରୁବ ତାରାରେ ଚିତ୍ତସଂଯମ କଲେ ତାରାସମୂହର ଗତିଜ୍ଞାନ ହୁଏ ।

ନାଭିଚକ୍ରେ କାୟବ୍ୟୂହ-ଜ୍ଞାନମ୍ ।।୩୦।।

—ନାଭିଚକ୍ରରେ ଚିତ୍ତସଂଯମ କଲେ ଶରୀରର ଗଠନ ଜଣାଯାଏ ।

କଣ୍ଠକୂପେ କ୍ଷୁତ୍ ପିପାସାନିବୃତ୍ତିଃ ।।୩୧।।

—କଣ୍ଠକୂପରେ ସଂଯମ କଲେ କ୍ଷୁତ୍‌ପିପାସା ନିବୃତ୍ତ ହୁଏ ।

ଅତିଶୟ କ୍ଷୁଧିତ ବ୍ୟକ୍ତି ଯଦି କଣ୍ଠକୂପରେ ଚିତ୍ତସଂଯମ କରିପାରନ୍ତି, ତେବେ ତାଙ୍କର କ୍ଷୁଧା ଓ ପିପାସାର ନିବୃତ୍ତି ହୁଏ ।

କୂର୍ମନାଡ୍ୟାଂ ସ୍ଥୈର୍ଯ୍ୟମ୍ ।।୩୨।।

—କୂର୍ମନାଡ଼ୀରେ ଚିତ୍ତସଂଯମ କଲେ ଶରୀରର ସ୍ଥିରତା ଆସେ ।

ଯେତେବେଳେ ସେ ସାଧନା କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କ ଶରୀର ଚଞ୍ଚଳ ହୁଏ ନାହିଁ ।

ମୂର୍ଧଜ୍ୟୋତିଷି ସିଦ୍ଧଦର୍ଶନମ୍ ।।୩୩।।

—ମସ୍ତିଷ୍କର ଜ୍ୟୋତି ଉପରେ ସଂୟମକଲେ ସିଦ୍ଧପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଦର୍ଶନଲାଭ ହୁଏ ।

ସିଦ୍ଧଗଣ ଭୂତଯୋନି ଅପେକ୍ଷା କିଞ୍ଚିତ ଉଚ୍ଚସ୍ତରର । ଯୋଗୀ ଯେତେବେଳେ ତାଙ୍କ ମସ୍ତକର ଉପରିଭାଗରେ ମନସଂଯମ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେ ଏହି ସିଦ୍ଧଗଣଙ୍କର ଦର୍ଶନ ପାଆନ୍ତି । ଏଠାରେ 'ସିଦ୍ଧ' ଶବ୍ଦ ମୁକ୍ତପୁରୁଷଙ୍କୁ ବୁଝାଉ ନାହିଁ, ଯଦିଓ ସଚରାଚର ତାହା ଏହି ଅର୍ଥରେ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଥାଏ ।

ପ୍ରାତିଭାଦ୍ବା ସର୍ବମ୍ ।।୩୪।।

—ଅଥବା ପ୍ରତିଭା-ଶକ୍ତିଦ୍ୱାରା ସମଗ୍ର ଜ୍ଞାନ ଲାଭ ହୁଏ ।

ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଏହିପରି ପ୍ରତିଭା-ଶକ୍ତି ଅର୍ଥାତ୍ ପବିତ୍ରତାଦ୍ୱାରା ଲବ୍ଧ ଜ୍ଞାନ-ବିଶେଷ ଅଛି, (ପୂର୍ବୋକ୍ତ) କୌଣସି ପ୍ରକାର ସଂୟମ ବ୍ୟତୀତ ହିଁ ସେମାନେ ଏହି ସମଗ୍ର ଜ୍ଞାନର ଅଧିକାରୀ ହୁଅନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ମନୁଷ୍ୟ ଉଚ୍ଚ ପ୍ରତିଭା ଶକ୍ତି ଲାଭ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ହିଁ ସେ ଏହି ମହା ଆଲୋକ ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି । ତାହାଙ୍କ ନିକଟରେ ସବୁକିଛି ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । କୌଣସି ପ୍ରକାର ସଂଯମ ବ୍ୟତୀତ ସମଗ୍ର ଜ୍ଞାନ ଆପଣାଛାଏଁ ତାଙ୍କଠାରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ ।

ହୃଦୟେ ଚିତ୍ତ-ସମ୍ବିତ୍ ।।୩୫।।

—ହୃଦୟରେ ଚିତ୍ତସଂଯମ କଲେ ମନୋବିଷୟକ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ ହୁଏ ।

ସତ୍ତ୍ୱପୁରୁଷୟୋରତ୍ୟନ୍ତାସଂକୀର୍ଣ୍ଣୟୋଃ ପ୍ରତ୍ୟୟାବିଶେଷାଦ୍
ଭୋଗଃ ପରାର୍ଥତ୍ୱାଦନ୍ୟସ୍ୱାର୍ଥସଂୟମାତ୍ ପୁରୁଷଜ୍ଞାନମ୍ ।।୩୬।।

—ପୁରୁଷ ଓ ବୁଦ୍ଧି ମଧ୍ୟରେ ବିବେକର ଅଭାବ ହେତୁ ଭୋଗ ହୋଇଥାଏ । ସେହି ଭୋଗ ପରାର୍ଥ ଅର୍ଥାତ୍ ଅପରର ବା ପୁରୁଷ ପାଇଁ । ବୁଦ୍ଧିର ଅନ୍ୟ ଏକ ଅବସ୍ଥାର ନାମ 'ସ୍ୱାର୍ଥ'; ତା' ଉପରେ ସଂୟମ କଲେ ପୁରୁଷର ଜ୍ଞାନ ହୁଏ ।

ପୁରୁଷ ଓ ବୁଦ୍ଧି ପ୍ରକୃତପକ୍ଷେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର; ତାହା ହେଲେ ମଧ୍ୟ ବୁଦ୍ଧିରେ ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ ହୋଇ ତାହା ସହିତ ନିଜକୁ ଅଭେଦଭାବାପନ୍ନ ମନେକରେ ଏବଂ ସେଥିରେ ହିଁ ନିଜକୁ ସୁଖୀ ବା ଦୁଃଖୀ ବୋଧ କରିଥାଏ । ବୁଦ୍ଧିର ଏହି ଅବସ୍ଥାକୁ 'ପରାର୍ଥ' କହନ୍ତି, କାରଣ ତାହାର ସମସ୍ତ ଭୋଗ ନିଜ ପାଇଁ ନୁହେଁ—ପୁରୁଷ ପାଇଁ । ଏତଦ୍‌ବ୍ୟତୀତ ବୁଦ୍ଧିର ଅନ୍ୟ ଏକ ଅବସ୍ଥା ଅଛି—ତାହାର ନାମ 'ସ୍ୱାର୍ଥ' । ଯେତେବେଳେ ବୁଦ୍ଧି ସତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରଧାନ ହୋଇ ଅତିଶୟ ନିର୍ମଳ

ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ସେଥିରେ ପୁରୁଷ ବିଶେଷଭାବେ ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ସେହି ବୁଦ୍ଧି ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ ହୋଇ ପୁରୁଷମାତ୍ରାବଲମ୍ବନ ହୁଏ । ସେହି ସ୍ୱାର୍ଥ-ନାମକ ବୁଦ୍ଧିରେ ସଂଯମ କଲେ ପୁରୁଷର ଜ୍ଞାନ ହୁଏ । ପୁରୁଷମାତ୍ରବଲମ୍ବନ ବୁଦ୍ଧିରେ ସଂଯମ କରିବାକୁ କହିବାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଏହି ଯେ ଶୁଦ୍ଧ ପୁରୁଷ ଜ୍ଞାତା ହୋଇଥିବାରୁ କେବେହେଲେ ଜ୍ଞାନର ବିଷୟ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ ।

ତତଃ ପ୍ରାତିଭଶ୍ରାବଣବେଦନାଦର୍ଶାସ୍ୱାଦବାର୍ତା ଜାୟନ୍ତେ ।।୩୭।।

—ସେଥିରୁ ପ୍ରାତିଭ* (ଅଲୌକିକ) ଶ୍ରବଣ, ସ୍ପର୍ଶ, ଦର୍ଶନ, ସ୍ୱାଦ ଓ ଘ୍ରାଣ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ।

ତେ ସମାଧାବୁପସର୍ଗା ବ୍ୟୁତ୍‌ଥାନେ ସିଦ୍ଧୟଃ ।।୩୮।।

—ଏମାନେ ସମାଧି ପଥରେ ବାଧା; କିନ୍ତୁ ସଂସାର-ଅବସ୍ଥାରେ ସେମାନେ ସିଦ୍ଧିସ୍ୱରୂପ ।

ଯୋଗୀ ଜାଣନ୍ତି, ସଂସାରରେ ଏହି ସମସ୍ତ ଭୋଗ ପୁରୁଷ ଓ ମନର ଯୋଗ ହେତୁ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ସେ 'ଆତ୍ମା ଓ ପ୍ରକୃତି ପରସ୍ପର ପୃଥକ୍ ବସ୍ତୁ' ଏହି ସତ୍ୟ ଉପରେ ଚିତ୍ତସଂଯମ କରିପାରନ୍ତି, ତେବେ ସେ 'ପୁରୁଷଙ୍କର' ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରନ୍ତି । ସେଥିରୁ ବିବେକ ଜ୍ଞାନ ଉଦିତ ହୁଏ । ଯେତେବେଳେ ସେ ଏହି 'ବିବେକ'-ଲାଭରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କର ପ୍ରାତିଭ ବା ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ ଲାଭ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଶକ୍ତିସମୁଦାୟ ସେହି ଉଚ୍ଚତମ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପଥରେ ବାଧା ଅର୍ଥାତ୍ ସେହି ପବିତ୍ର ଆତ୍ମାର ଜ୍ଞାନର ଓ ମୁକ୍ତିର ପ୍ରତବନ୍ଧକସ୍ୱରୂପ । ପଥରେ ଯାଉଯାଉ ଯେପରି ସେଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ସାକ୍ଷାତ୍ ହୁଏ । ଯୋଗୀ ଯଦି ଏଗୁଡ଼ିକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରନ୍ତି ତେବେ ସେ ସେହି ଉଚ୍ଚତମ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରିପାରନ୍ତି । ଯଦି ସେ ଏହି ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଲୁବ୍ଧ ହୁଅନ୍ତି, ତେବେ ତାଙ୍କର ଅଗ୍ରଗତି ବ୍ୟାହତ ହୁଏ ।

ବନ୍ଧକାରଣଶୈଥିଲ୍ୟାତ୍ ପ୍ରଚାରସଂବେଦନାଚ୍ଚ
ଚିତ୍ତସ୍ୟ ପରଶରୀରାବେଶଃ ।।୩୯।।

—ଯେତେବେଳେ ଚିତ୍ତର ବନ୍ଧନର କାରଣ ଶିଥିଳ ହୋଇଯାଏ ଓ ଚିତ୍ତର ପ୍ରଚାର-ସ୍ଥାନଗୁଡ଼ିକ (ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀରସ୍ଥ ନାଡ଼ୀସମୂହକୁ) ଅବଗତ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେ ଅନ୍ୟର ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରିପାରନ୍ତି ।

ଯୋଗୀ ଅନ୍ୟ ଏକ ଦେହରେ ଅବସ୍ଥାନ କରି ସେହି ଦେହରେ କ୍ରିୟାଶୀଳ ରହିଲେ ମଧ୍ୟ କୌଣସି ମୃତ ଦେହରେ ପ୍ରବେଶ କରି ତାହାକୁ ଜାଗ୍ରତ କରି ଗତିଶୀଳ କରିପାରନ୍ତି । ଅଥବା ସେ କୌଣସି ଜୀବିତ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରି ସେହି ଦେହସ୍ଥ ମନ ଓ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣଙ୍କୁ ରୁଦ୍ଧ କରି ସାମୟିକଭାବେ ସେହି ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଦେଇ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରନ୍ତି । ପ୍ରକୃତି ଓ ପୁରୁଷର ବିବେକଜ୍ଞାନ ଲାଭ କଲେ ତାଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଏହା ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରେ । ସେ ଅନ୍ୟ ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କଲେ ସେହି ଶରୀରରେ 'ସଂଯମ' ପ୍ରୟୋଗ କଲେ ହିଁ ଏହା ସିଦ୍ଧ ହେବ, କାରଣ ତାଙ୍କର ଆତ୍ମା କେବଳ ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ତାହା ନୁହେଁ, ତାଙ୍କର ମନ ମଧ୍ୟ ସର୍ବବ୍ୟାପୀ—ଅବଶ୍ୟ ଯୋଗୀଗଣଙ୍କ ମତରେ । ତାହା ସେହି ସର୍ବବ୍ୟାପୀ

---

* ପ୍ରାତିଭାତ

ମନର ଏକ ଅଂଶ ମାତ୍ର । ବର୍ତ୍ତମାନ କିନ୍ତୁ ତାହା କେବଳ ଏହି ଶରୀରର ସ୍ନାୟୁମଣ୍ଡଳୀ ମଧ୍ୟଦେଇ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରେ; କିନ୍ତୁ ଯୋଗୀ ଯେତେବେଳେ ସ୍ନାୟବୀୟ ପ୍ରବାହଗୁଡ଼ିକରୁ ନିଜକୁ ମୁକ୍ତ କରିପାରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବସ୍ତୁ ବା ଶରୀରଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରନ୍ତି ।

ଉଦାନଜୟାଜ୍ଜଳ-ପଙ୍କ-କଣ୍ଟକାଦିଷ୍ୱସଙ୍ଗ ଉତ୍କ୍ରାନ୍ତିଶ୍ଚ ॥୪୦॥

—ଉଦାନ ନାମକ ସ୍ନାୟୁପ୍ରବାହ ଜୟ କରିପାରିଲେ ଯୋଗୀ ଜଳରେ ବା ପଙ୍କରେ ମଗ୍ନ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ, ସେ କଣ୍ଟକ ଉପରେ ଭ୍ରମଣ କରିପାରନ୍ତି ଓ ଇଚ୍ଛାମୃତ୍ୟୁ ଲାଭ କରନ୍ତି ।

'ଉଦାନ' ନାମକ ଯେଉଁ ସ୍ନାୟବୀୟ ଶକ୍ତିପ୍ରବାହ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ ଓ ଶରୀର ଉପରିସ୍ଥ ସମଗ୍ର ଅଂଶକୁ ନିୟମିତ କରେ, ଯୋଗୀ ଯେତେବେଳେ ତାହା ଜୟ କରିପାରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେ ଅତିଶୟ ଲଘୁ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ସେ ଆଉ ଜଳରେ ମଗ୍ନ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । କଣ୍ଟକ ଉପରେ ଓ ତରବାରି-ଧାର ଉପରେ ଅନାୟାସରେ ଚାଲିପାରନ୍ତି, ଅଗ୍ନି ମଧ୍ୟରେ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ରହିପାରନ୍ତି ଏବଂ ଇଚ୍ଛା ମାତ୍ରେ ଏହି ଶରୀର ତ୍ୟାଗ କରିପାରନ୍ତି ।

ସମାନଜୟାଦ୍ ପ୍ରଜ୍ୱଳନମ୍ ॥ ୪୧ ॥

—ସମାନ-ପ୍ରବାହକୁ ଜୟ କଲେ ସେ ଜ୍ୟୋତିଃଦ୍ୱାରା ବେଷ୍ଟିତ ହୋଇ ରହନ୍ତି ।

ଏ ଅବସ୍ଥାରେ ସେ ଯେତେବେଳେ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ହିଁ ତାଙ୍କ ଶରୀରରୁ ଜ୍ୟୋତିଃ ନିର୍ଗତ ହୁଏ ।

ଶ୍ରୋତ୍ରାକାଶୟୋଃ ସମ୍ବନ୍ଧସଂୟମାଦ୍ଦିବ୍ୟଂ ଶ୍ରୋତ୍ରମ୍ ॥ ୪୨ ॥

—କର୍ଣ୍ଣ ଓ ଆକାଶର ପରସ୍ପର ଯେଉଁ ସମ୍ବନ୍ଧ ଅଛି, ତା'ଉପରେ ସଂୟମ କଲେ ଦିବ୍ୟ ଶ୍ରବଣଶକ୍ତି ଲାଭ ହୁଏ ।

ଏହି ଆକାଶ (ଇଥର) ଓ ତାହାକୁ ଅନୁଭବ କରିବାର ଯନ୍ତ୍ରସ୍ୱରୂପ କର୍ଣ୍ଣ ରହିଅଛି । ଏଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ସଂଯମ କଲେ ଯୋଗୀ ଦିବ୍ୟ ଶ୍ରବଣଶକ୍ତି ଲାଭ କରନ୍ତି । ସେତେବେଳେ ସେ ସମଗ୍ର ଶବ୍ଦ ଶୁଣିପାରନ୍ତି । ବହୁ ଦୂରସ୍ଥ କୌଣସି କଥାବାର୍ତ୍ତା ବା ଶବ୍ଦ ହେଲେ ତାହା ମଧ୍ୟ ସେ ଶୁଣିପାରନ୍ତି ।

କାୟାକାଶୟୋଃ ସମ୍ବନ୍ଧସଂୟମାଲ୍ଲଘୁତୂଳସମାପତ୍ତେଶ୍ଚାକାଶ ଗମନମ୍ ॥୪୩॥

—ଶରୀର ଓ ଆକାଶର ସମ୍ବନ୍ଧ ଉପରେ ଚିତ୍ତ-ସଂଯମ କରି ଏବଂ ତୁଳା ପ୍ରଭୃତି ତୁଲ୍ୟ ନିଜକୁ ଲଘୁ ଭାବନା କରି ଯୋଗୀ ଆକାଶ ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଗମନ କରିପାରନ୍ତି ।

ଆକାଶ ହିଁ ଏହି ଶରୀରର ଉପାଦାନ; ଆକାଶ ହିଁ ଏକ ବିଶେଷ ରୂପରେ ଏହି ଶରୀର ହୋଇଅଛି । ଯଦି ଯୋଗୀ ଶରୀରର ଉପାଦାନ ଏହି ଆକାଶ-ଧାତୁ ଉପରେ ସଂୟମ ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତି, ତେବେ ସେ ଆକାଶ ପରି ଲଘୁତାପ୍ରାପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ଓ ବାୟୁ ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଯେଉଁଠାକୁ ଇଚ୍ଛା ଯାଇପାରନ୍ତି ।

ବହିରକଳ୍ପିତା ବୃତ୍ତିର୍ମହାବିଦେହା ତତଃ ପ୍ରକାଶାବରଣକ୍ଷୟଃ ॥୪୪॥

—ଦେହ ବାହାରେ ମନର ଯେଉଁ 'ଯଥାର୍ଥ ବୃତ୍ତି' ଅର୍ଥାତ୍ ମନର ଧାରଣା, ତାହାର ନାମ 'ମହାବିଦେହ'; ତା' ଉପରେ ସଂୟମ ପ୍ରୟୋଗ କଲେ ପ୍ରକାଶର ଯେଉଁ ଆବରଣ, ତାହା କ୍ଷୟ ହୋଇଯାଏ ।

ମନ ଅଜ୍ଞତାବଶତଃ ବିବେଚନା କରେ ଯେ ସେ ଏହି ଦେହ ମଧ୍ୟ ଦେଇ କାର୍ଯ୍ୟ

କରୁଅଛି । ଯଦି ମନ ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ହୁଏ, ତେବେ ମୁଁ କେବଳ ଏକ ପ୍ରକାର ସ୍ନାୟୁମଣ୍ଡଳୀଦ୍ୱାରା ଆବଦ୍ଧ ରହିବି କାହିଁକି, ଅଥବା ଏହି ଅହଂକୁ ଗୋଟିଏ ଶରୀରରେ ହିଁ ଆବଦ୍ଧ କରି ରଖିବି କାହିଁକି ? ଏହାର ତ କୌଣସି ଯୁକ୍ତି ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ନାହିଁ । ଯୋଗୀ ଚାହାଁନ୍ତି, ଯେଉଁଠାରେ ଇଚ୍ଛା ସେଠାରେ ଏହି 'ଅହଂଭାବ (ମୁଁ ତ୍ୱ) ଅନୁଭବ କରିବେ । ଅହଂଭାବ ଚାଲିଯାଇ ଯେଉଁ ମାନସିକ ବୃତ୍ତିପ୍ରବାହ ଏହି ଦେହରେ ଜାଗ୍ରତ ହୁଏ, ତାହାକୁ 'ଅକଳ୍ପିତା ବୃତ୍ତି' ବା 'ମହାବିଦେହ' କହନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ସେ ତାହା ଉପରେ 'ସଂଯମ' କରିପାରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ପ୍ରକାଶର ସକଳ ଆବରଣ ଚାଲିଯାଏ ଏବଂ ସମଗ୍ର ଅନ୍ଧକାର ଓ ଅଜ୍ଞାନ ଦୂରୀଭୂତ ହୁଏ, ସମସ୍ତ ହିଁ ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ପଞ୍ଚ ଭୂତଙ୍କୁ —ଚୈତନ୍ୟମୟ ବୋଲି ବୋଧ ହୁଏ ।

ସ୍ଥୂଳ ସ୍ୱରୂପ-ସୂକ୍ଷ୍ମାନ୍ୱୟାର୍ଥବତ୍ତ୍ୱ-ସଂଯମାଦଭୂତଜୟଃ ॥୪୫॥

—ଭୂତଗଣଙ୍କ ସ୍ଥୂଳସ୍ୱରୂପ, ସୂକ୍ଷ୍ମ, ଅନ୍ୱୟ ଓ ଅର୍ଥବତ୍ତ୍ୱ—ଏହି କେତୋଟି ଉପରେ ସଂଯମ କଲେ ଜୟ କରାହୁଏ ।*

ଯୋଗୀ ସମଗ୍ର ଭୂତ ଉପରେ ସଂଯମ କରନ୍ତି, ପ୍ରଥମେ ସ୍ଥୂଳଭୂତ ଉପରେ, ତା'ପରେ ତାହାର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଅବସ୍ଥା ଉପରେ 'ସଂଯମ' କରନ୍ତି । ଏକ ସମ୍ପ୍ରଦାୟର ବୌଦ୍ଧଗଣ ଏହି ସଂଯମଟିକୁ ବିଶେଷଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରିଥାଆନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ମାଟିର ପିଣ୍ଡୁଳା ନେଇ ତାହା ଉପରେ ସେମାନେ ସଂଯମ ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତି; କ୍ରମଶଃ ତାହା ଯେଉଁ ସକଳ ସୂକ୍ଷ୍ମଭୂତରେ କଥା ଦେଖିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ସେମାନେ ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମଭୂତରେ ନିର୍ମିତ, ତାହା ଜାଣିପାରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ହିଁ ସେମାନେ ଏହି ଭୂତ ଉପରେ ଶକ୍ତିଲାଭ କରନ୍ତି । ସମଗ୍ର ଭୂତ ପକ୍ଷରେ ହିଁ ଏହିପରି ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ଯୋଗୀ ଏଗୁଡ଼ିକ ସମସ୍ତ ହିଁ ଜୟ କରିପାରନ୍ତି ।

ତତୋଽଣିମାଦି-ପ୍ରାଦୁର୍ଭାବଃ କାୟସମ୍ପତ୍ତଦ୍‌ଧର୍ମାନଭିଘାତଶ୍ଚ ॥ ୪୬ ॥

—ସେଥିରୁ ହିଁ ଅଣିମା ଇତ୍ୟାଦି ସିଦ୍ଧିର ଆବିର୍ଭାବ ହୁଏ, କାୟସମ୍ପଦ୍ ଲାଭ ହୁଏ ଓ ସମସ୍ତ ଶାରୀରିକ ଧର୍ମର ଅନଭିଘାତ ହୁଏ, (ଅର୍ଥାତ୍ ଧ୍ୱଂସ ହୁଏ ନାହିଁ) ।

ଏହାର ଅର୍ଥ ଏହି ଯେ, ଯୋଗୀ ଅଷ୍ଟସିଦ୍ଧି** ଲାଭ କରନ୍ତି । ସେ ନିଜକୁ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ 'ଅଣୁ' କରିପାରନ୍ତି, ଖୁବ୍ ବୃହତ୍ କରିପାରନ୍ତି, ପୃଥିବୀ ପରି ଗୁରୁ ଓ ବାୟୁପରି ଲଘୁ କରିପାରନ୍ତି, ଯାହା ଉପରେ ଇଚ୍ଛା ପ୍ରଭୁତ୍ୱ କରିପାରନ୍ତି, ଯାହା ଇଚ୍ଛା ତାହା ହିଁ ଜୟ କରିପାରନ୍ତି, ତାଙ୍କ ଇଚ୍ଛାରେ ସିଂହ ତାଙ୍କ ପଦ ତଳେ ମେଷପରି ଶାନ୍ତଭାବରେ ବସି ରହିବ ଓ ତାଙ୍କର ସମସ୍ତ ବାସନା ହିଁ ତାଙ୍କର ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ହେବ ।

ରୂପ-ଲାବଣ୍ୟ-ବଳ ବଜ୍ରସଂହନନତ୍ୱାନି କାୟସମ୍ପଦ୍ ॥୪୭॥

—କାୟସମ୍ପଦ୍ କହିଲେ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ, ସୁନ୍ଦର ଅଙ୍ଗକାନ୍ତି, ବଳ ଓ ବଜ୍ରବତ୍ ଦୃଢ଼ତା ବୁଝାଏ ।

ସେତେବେଳେ ଶରୀର ଅବିନାଶୀ ହୋଇଯାଏ, କେହି ତାହାର କୌଣସି କ୍ଷତି କରିପାରେ ନାହିଁ । ଯୋଗୀ ଯଦି ଇଚ୍ଛା ନ କରନ୍ତି, ତେବେ କିଛି ତାଙ୍କ ଶରୀରକୁ ବିନାଶ କରିପାରେ

---

* ସ୍ୱରୂପ—ପୃଥିବୀର କାଠିନ୍ୟ, ଜଳର ତାରଲ୍ୟାଦି । ଅନ୍ୱୟ—ସତ୍ତ୍ୱ, ରଜଃ, ଓ ତମଃ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଭୂତରେ ଅନ୍ୱିତ ରହିଅଛି, ଏହା ଜାଣିବା । ଅର୍ଥବତ୍ତ୍ୱ—ବିଶେଷ ବିଶେଷ ଭୋଗ ପ୍ରଦାନ-ସାମର୍ଥ୍ୟ ।

** ଅଷ୍ଟସିଦ୍ଧି: ଅଣିମା, ଲଘିମା, ମହିମା, ପ୍ରାପ୍ତି (ଦୂରସ୍ଥ ଦ୍ରବ୍ୟ ମଧ୍ୟ ସନ୍ନିହିତ ହେବା), ପ୍ରାକାମ୍ୟ (ଇଚ୍ଛାର ଅନଭିଘାତ), ବଶିତ୍ୱ, ଈଶିତ୍ୱ ଓ କାମବସାୟିତ୍ୱ (ସତ୍ୟସଂକଳ୍ପତା) ।

ନାହିଁ; କାଳଦଣ୍ଡ ଭଙ୍ଗ କରି ସେ ଏହି ଜଗତରେ ସଶରୀରରେ ବାସ କରନ୍ତି । ବେଦରେ ଲିଖିତ ଅଛି, ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ରୋଗ, ମୃତ୍ୟୁ ଅଥବା କୌଣସି କ୍ଲେଶ ହୁଏ ନାହିଁ ।*

ଗ୍ରହଣସ୍ୱରୂପାସ୍ମିତାନ୍ୱୟାର୍ଥବତ୍ତ୍ୱ ସଂୟମାଦିନ୍ଦ୍ରିୟଜୟଃ ।।୪୮।।

—ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣଙ୍କର ବାହ୍ୟ ପଦାର୍ଥାଭିମୁଖୀ ଗତି, ତଜ୍ଜନିତ ଜ୍ଞାନ, ଏହି ଜ୍ଞାନରୁ ବିକଶିତ ଅହଂ-ପ୍ରତ୍ୟୟ, ସେମାନଙ୍କର ତ୍ରିଗୁଣମୟତ୍ୱ ଓ ଭୋଗଦାତୃତ୍ୱ—ଏହି କେତୋଟି ଉପରେ ସଂଯମ କଲେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ-ଜୟ ହୁଏ ।

ବାହ୍ୟ ବସ୍ତୁର ଅନୁଭୂତି ସମୟରେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ମନରୁ ବାହାରକୁ ଯାଇ ବିଷୟ ଦିଗକୁ ଧାବମାନ ହୁଅନ୍ତି, ସେଥିରୁ ହିଁ ଉପଲବ୍ଧି ଓ ଅସ୍ମିତାର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୁଏ । ଯେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ସେଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଦୁଇଟି ଉପରେ ମଧ୍ୟ କ୍ରମେ କ୍ରମେ 'ସଂୟମ' ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଜୟ କରନ୍ତି । ଯେକୌଣସି ବସ୍ତୁ ତୁମେ ଦେଖୁଛ ବା ଅନୁଭବ କରୁଛ—ଯଥା ଖଣ୍ଡିଏ ପୁସ୍ତକ—ତାହାକୁ ନେଇ ତା'ଉପରେ ସଂୟମ ପ୍ରୟୋଗ କର । ତା'ପରେ ପୁସ୍ତକରୂପକ ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନ ରହିଅଛି, ତା'ଉପରେ ମଧ୍ୟ ସଂୟମ ପ୍ରୟୋଗ କର । ଏହି ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ସମୁଦାୟ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଙ୍କୁ ଜୟ କରାଯାଏ ।

ତତୋ ମନୋଜବିତ୍ୱଂ ବିକରଣଭାବଃ ପ୍ରଧାନଜୟଶ୍ଚ ।। ୪୯ ।।

—ସେଥିରୁ ଦେହରେ ମନପରି ବେଗ, ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣଙ୍କର ଦେହ ନିରପେକ୍ଷ ଶକ୍ତିଲାଭ ଓ ପ୍ରକୃତିଜୟ ହୋଇଥାଏ ।

ଯେପରି ଭୂତଜୟଦ୍ୱାରା କାୟସମ୍ପଦ୍ ଲାଭ ହୁଏ, ସେହିପରି ଇନ୍ଦ୍ରିୟସଂୟମ ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ବୋକ୍ତ ଶକ୍ତିସମସ୍ତ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ ।

ସତ୍ତ୍ୱ ପୁରୁଷାନ୍ୟତାଖ୍ୟାତିମାତ୍ରସ୍ୟ ସର୍ବଭାବାଧିଷ୍ଠାତୃତ୍ୱଂ ସର୍ବଜ୍ଞାତୃତ୍ୱଞ୍ଚ ।। ୫୦ ।।

—ପୁରୁଷ ଓ ବୁଦ୍ଧିର ପରସ୍ପର ପାର୍ଥକ୍ୟ—ବିଜ୍ଞାନ ଉପରେ ଚିତ୍ତସଂୟମ କଲେ ସକଳ ବସ୍ତୁ ଉପରେ ଅଧିଷ୍ଠାତୃତ୍ୱ ଓ ସର୍ବଜ୍ଞାତୃତ୍ୱ ଲାଭ ହୁଏ ।

ଯେତେବେଳେ ପ୍ରକୃତି ଜୟ କରାହୋଇଯାଇଛି ଓ ପୁରୁଷ ପ୍ରକୃତିର ଭେଦ ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇଅଛି, ଅର୍ଥାତ୍ ଜଣାଯାଇଅଛି ଯେ, ପୁରୁଷ ଅବିନାଶୀ, ପବିତ୍ର ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣସ୍ୱରୂପ, ସେତେବେଳେ ସର୍ବଶକ୍ତିମତ୍ତା ଓ ସର୍ବଜ୍ଞତା ଲାଭ ହୁଏ ।

ତଦ୍‌ବୈରାଗ୍ୟାଦପି ଦୋଷବୀଜକ୍ଷୟେ କୈବଲ୍ୟମ୍ ।।୫୧।।

—ଏଗୁଡ଼ିକୁ ମଧ୍ୟ ତ୍ୟାଗ କରିପାରିଲେ ଦୋଷର ବୀଜ କ୍ଷୟ ହୋଇଯାଏ, ସେତେବେଳେ ହିଁ କୈବଲ୍ୟ ଲାଭ ହୁଏ ।

ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ସାଧକ କୈବଲ୍ୟ ଲାଭ କରନ୍ତି, ସ୍ୱାଧୀନ ଓ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ସେ ସର୍ବଶକ୍ତିମତ୍ତା ଓ ସର୍ବଜ୍ଞତା—ଶକ୍ତି ଦୁଇଟି ମଧ୍ୟ ତ୍ୟାଗ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସମଗ୍ର ଭୋଗ, ଏପରି କି ଦେବଗଣକୃତ ପ୍ରଲୋଭନ ମଧ୍ୟ ସେ ଅତିକ୍ରମ କରିପାରନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ଏହି ସମସ୍ତ ଅଦ୍ଭୁତ କ୍ଷମତା ଲାଭ କରି ମଧ୍ୟ ଏସବୁକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ହିଁ ସେ ସେହି ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଉପନୀତ ହୁଅନ୍ତି । ବାସ୍ତବିକ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ

* ତୁଳନୀୟ:
ନ ତସ୍ୟ ରୋଗୋ ନ ଜରା ନ ମୃତ୍ୟୁଃ
ପ୍ରାପ୍ତସ୍ୟ ଯୋଗାଗ୍ନିମୟଂ ଶରୀରମ୍ ।—ଶ୍ୱେତାଶ୍ୱତର ଉପ., ୨।୧୨

କଅଣ ? କେବଳ ବିକାର ମାତ୍ର । ସ୍ୱପ୍ନ ଅପେକ୍ଷା ଏଗୁଡ଼ିକ କୌଣସି ଅଂଶରେ ବଡ଼ ନୁହନ୍ତି । ସର୍ବଶକ୍ତିମତ୍ତା ମଧ୍ୟ ସ୍ୱପ୍ନତୁଲ୍ୟ । ତାହା କେବଳ ମନ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଯେତେ ସମୟ ମନର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ଥାଏ, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସର୍ବଶକ୍ତିମତ୍ତା ବୁଝାଯାଇପାରେ; କିନ୍ତୁ ଆମମାନଙ୍କର ଲକ୍ଷ୍ୟ ମନର ଅତୀତ ପ୍ରଦେଶରେ ।

ସ୍ଥାନ୍ୟୁପନିମନ୍ତ୍ରଣେ ସଙ୍ଗସ୍ମୟାକରଣଂ ପୁନରନିଷ୍ଟପ୍ରସଙ୍ଗାତ୍ ॥୫୨॥

—ଦେବଗଣ ପ୍ରଲୋଭିତ କଲେ ମଧ୍ୟ ସେଥିରେ ଆସକ୍ତ ହେବା ବା ଆନନ୍ଦ ବୋଧ (ସ୍ମୟ) କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ, କାରଣ ସେଥିରେ ଅନିଷ୍ଟର ଆଶଙ୍କା ଅଛି ।

ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ଅନେକ ବିଘ୍ନ ଅଛି । ଦେବତା ଓ ଅନ୍ୟମାନେ ଯୋଗୀଙ୍କୁ ପ୍ରଲୁବ୍ଧ କରିବାକୁ ଆସନ୍ତି; ସେମାନେ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି ନାହିଁ ଯେ, କେହି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରୂପେ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯାଉ । ଆମେ ଯେପରି ଇର୍ଷାପରାଣ, ଦେବତାମାନେ ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ବରଂ ବେଳେବେଳେ ଆମ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ । କାଳେ ପଦଭ୍ରଷ୍ଟ ହେବେ, ସେହି ଭୟରେ ସେମାନେ ଅତିଶୟ ଭୀତ । ଯେଉଁ ସକଳ ଯୋଗୀ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସିଦ୍ଧ ହୋଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ, ମୃତ୍ୟୁପରେ ସେହିମାନେ ହିଁ ଦେବତା ହୁଅନ୍ତି । ସେମାନେ ସିଧାସଳଖ ପଥ ଛାଡ଼ି ପାର୍ଶ୍ୱସ୍ଥ ଏକ ଗଳି ପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ଏହି କ୍ଷମତାଗୁଡ଼ିକ ଲାଭ କରନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କୁ ପୁଣି ଜନ୍ମ ନେବାକୁ ପଡ଼ିବ; କିନ୍ତୁ ଯେ ଏତେଦୂର ଶକ୍ତିସମ୍ପନ୍ନ ଯେ, ଏହି ପ୍ରଲୋଭନଗୁଡ଼ିକୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରତିରୋଧ କରିପାରନ୍ତି, ସେ ଏକାବେଳକେ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ପହଞ୍ଚିପାରନ୍ତି, ସେ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯାଆନ୍ତି ।

କ୍ଷଣତତ୍ କ୍ରମୟୋଃ ସଂଯମାଦ୍ବିବେକଜଂ ଜ୍ଞାନମ୍ ॥ ୫୩ ॥

—କ୍ଷଣ ଓ ତାହାର ପୂର୍ବାପର ଭାବଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ସଂଯମ ପ୍ରୟୋଗ କଲେ ବିବେକଜ ଜ୍ଞାନ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ।

ଏହି ଦେବତା, ସ୍ୱର୍ଗ ଓ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକଠାରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବାର ଉପାୟ କଅଣ ? ବିବେକ ବଳରେ ଯେତେବେଳେ ସଦସତ୍‌ବିଚାରଶକ୍ତି ଜାତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ହିଁ ସକଳ ବିଘ୍ନ ଚାଲିଯିବ । ଯେଉଁଥିରେ ବିବେକଜ୍ଞାନ ଦୃଢ଼ ହୋଇପାରେ, ଏହି ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଏହି ସଂଯମ ବିଷୟକ ଉପଦେଶ ପ୍ରଦତ୍ତ ହେଲା । କ୍ଷଣ ଅର୍ଥାତ୍ କାଳର ସୂକ୍ଷ୍ମତମ ଅଂଶର ଏବଂ ଏହାର ପୂର୍ବାପର ଭାବଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ସଂଯମ ଦ୍ୱାରା ଏହା ହୋଇଥାଏ ।

ଜାତିଲକ୍ଷଣଦେଶୈରନ୍ୟତାଦ୍ଧନବଚ୍ଛେଦାତ୍ତୁଲ୍ୟୟୋସ୍ତତଃ ପ୍ରତିପତ୍ତିଃ ॥ ୫୪ ॥

—ଜାତି, ଲକ୍ଷଣ ଓ ଦେଶଦ୍ୱାରା ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ପୃଥକ୍ କରାଯାଏ ନାହିଁ ଏବଂ ସେଥିପାଇଁ ତୁଲ୍ୟ ବୋଧହୁଏ, ସେମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ଏହି ପୂର୍ବୋକ୍ତ ସଂଯମଦ୍ୱାରା ପୃଥକ୍ କରି ଜଣାଯାଇପାରେ ।

ଆମେ ଯେଉଁ ଦୁଃଖ ଭୋଗ କରୁ, ତାହା ସତ୍ୟ ଓ ଅସତ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦୃଷ୍ଟିର ଅଭାବରୂପକ ଅଜ୍ଞତାରୁ ହିଁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ସମସ୍ତେ ହିଁ ମନ୍ଦକୁ ଭଲ ବୋଲି, ସ୍ୱପ୍ନକୁ ସତ୍ୟ ବୋଲି ଗ୍ରହଣ କରୁ । ଆତ୍ମା ହିଁ ଏକମାତ୍ର ସତ୍ୟ, ଏହା ଆମେ ବିସ୍ମୃତ ହୋଇଅଛୁ । ଶରୀର ମିଥ୍ୟା ସ୍ୱପ୍ନମାତ୍ର; ଆମେ ଭାବୁ, ଆମେ ଶରୀର । ସୁତରାଂ ଦେଖାଗଲା, ଏହି ଅବିବେକ ହିଁ ଦୁଃଖର କାରଣ । ଏହି ଅବିବେକ ପୁଣି ଅବିଦ୍ୟାରୁ ପ୍ରସୂତ । ବିବେକ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ବଳ ମଧ୍ୟ ଆସେ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ଏହି ଶରୀର, ସ୍ୱର୍ଗ ଓ ଦେବାଦିଙ୍କ କଳ୍ପନା ପରିହାର କରିବା ପାଇଁ ସମର୍ଥ ହେଉ । ଜାତି, ଚିହ୍ନ ଓ ସ୍ଥାନଦ୍ୱାରା ଆମେ ବସ୍ତୁଗୁଡ଼ିକୁ ପୃଥକ୍ କରିଥାଉ । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ ଗୋଟିଏ ଗାଈ କଥା ଧରାଯାଉ । କୁକୁରଠାରୁ ଗାଈର

ଭେଦ ଜାତିଗତ । ଦୁଇଟି ଗାଈଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଆମେ କିପରି ପରସ୍ପର ପ୍ରଭେଦ କରିଥାଉ ? ଚିହ୍ନଦ୍ୱାରା । ପୁନଶ୍ଚ ଦୁଇଟି ବସ୍ତୁ ସର୍ବାଂଶରେ ସମାନ ହେଲେ । ଆମେ ସ୍ଥାନଗତ ଭେଦଦ୍ୱାରା ସେଗୁଡ଼ିକୁ ପୃଥକ୍ କରିପାରୁ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ବସ୍ତୁସକଳ ଏପରି ମିଶିଥାଏ ଯେ, ଭେଦ କରିବାର ଏହି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଉପାୟଗୁଡ଼ିକ କୌଣସି କାମରେ ଆସେ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ପୂର୍ବୋକ୍ତ ସାଧନ-ପ୍ରଣାଳୀ ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ଲବ୍ଧ ବିବେକ-ବଳରେ ଆମେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ପୃଥକ୍ କରିପାରୁ । ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ଉଚ୍ଚତମ ଦର୍ଶନ ଏହି ସତ୍ୟ ଉପରେ ସ୍ଥାପିତ ଯେ, ପୁରୁଷ ଶୁଦ୍ଧସ୍ୱଭାବ ଓ ସଦା ପୂର୍ଣ୍ଣସ୍ୱରୂପ ଏବଂ ବିଶ୍ୱଜଗତ ମଧ୍ୟରେ ତାହା ହିଁ ଏକମାତ୍ର 'ଅମିଶ୍ର' ବସ୍ତୁ । ଶରୀର ଓ ମନ ମିଶ୍ର ପଦାର୍ଥ । ତଥାପି ଆମେ ସର୍ବଦା ହିଁ ଆମମାନଙ୍କୁ ତାହା ସହିତ ମିଶାଇ ପକାଉଛୁ । ଆମମାନଙ୍କର ମହାଭ୍ରମ ଏହି ଯେ, ଏହି ପାର୍ଥକ୍ୟ ଜ୍ଞାନ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଇଛି । ଯେତେବେଳେ ଏହି ବିବେକ-ଶକ୍ତି ଲାଭ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ମନୁଷ୍ୟ ଦେଖିବାକୁ ପାଏ ଯେ, ଜଗତର ବାହ୍ୟ ଓ ଅନ୍ତର—ସକଳ ବସ୍ତୁ ହିଁ ମିଶ୍ର ପଦାର୍ଥ । ସୁତରାଂ ଏଗୁଡ଼ିକ 'ପୁରୁଷ' ହୋଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ ।

ତାରକଂ ସର୍ବବିଷୟଂ ସର୍ବଥା-ବିଷୟମକ୍ରମଞ୍ଚେତି ବିବେକଜଂ ଜ୍ଞାନମ୍ ॥୫୫॥

—ଯେଉଁ ବିବେକଜ୍ଞାନ ସକଳ ବସ୍ତୁ ଓ ବସ୍ତୁର ସର୍ବବିଧ ଅବସ୍ଥାକୁ ଯୁଗପତ୍ ଗ୍ରହଣ କରିପାରେ, ତାହାକୁ 'ତାରକଜ୍ଞାନ' କହନ୍ତି ।

'ତାରକ' ଅର୍ଥରେ ଯାହା ଯୋଗୀକୁ ସଂସାରରୁ (ଜନ୍ମମୃତ୍ୟୁର ସାଗରରୁ) ତାରଣ କରେ; ସମଗ୍ର ପ୍ରକୃତିର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଓ ସ୍ଥୂଳ ସର୍ବବିଧ ଅବସ୍ଥା ଏହି ଜ୍ଞାନର ଆୟତ୍ତ ମଧ୍ୟରେ । ଏ ଜ୍ଞାନରେ କୌଣସି ପ୍ରକାର କ୍ରମ ନାହିଁ । ଏହା ସମଗ୍ର ବସ୍ତୁକୁ ଯୁଗପତ୍ ଏକ ଦୃଷ୍ଟିରେ ଗ୍ରହଣ କରିପାରେ ।

ସତ୍ତ୍ୱ ପୁରୁଷୟୋଃ ଶୁଦ୍ଧିସାମ୍ୟେ କୈବଲ୍ୟମିତି ॥ ୫୬ ॥

—ଯେତେବେଳେ ସତ୍ତ୍ୱ ଓ ପୁରୁଷର ଶୁଦ୍ଧିର ସମତା ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ହିଁ କୈବଲ୍ୟ ଲାଭ ହୁଏ ।

କୈବଲ୍ୟ ହିଁ ଆମମାନଙ୍କର ଲକ୍ଷ୍ୟ; ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଏହି ଲକ୍ଷ୍ୟ ସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚୁ, ସେତେବେଳେ ଆତ୍ମା ବୁଝିପାରନ୍ତି ଯେ, ସେ ଚିରକାଳ ଏକାକୀ, 'କେବଳ' (ଶୁଦ୍ଧ); କେବଳ ତାହାଙ୍କୁ ସୁଖୀ କରିବା ପାଇଁ ଆଉ କାହାରି ହେଲେ ପ୍ରୟୋଜନ ନାହିଁ । ଯେତେ ଦିନ ଆମେ ଆମମାନଙ୍କୁ ସୁଖୀ କରିବା ପାଇଁ ଆଉ କାହାର ପ୍ରୟୋଜନ ବୋଧ କରୁ, ସେତେ ଦିନ ଆମେ ଦାସ ମାତ୍ର । ଯେତେବେଳେ ପୁରୁଷ ଜାଣିପାରନ୍ତି—ସେ ମୁକ୍ତସ୍ୱଭାବ ଓ ତାହାଙ୍କୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବା ପାଇଁ କାହାରି ପ୍ରୟୋଜନ ନାହିଁ—ଏବଂ ଏହି ପ୍ରକୃତି କ୍ଷଣିକ, ଏହାର କୌଣସି ପ୍ରୟୋଜନ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ହିଁ ସେ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ହିଁ ତାଙ୍କର ଏହି କୈବଲ୍ୟ ଲାଭ ହୁଏ । ଯେତେବେଳେ ଆତ୍ମା ଜାଣିପାରନ୍ତି ଯେ, ଜଗତରେ କ୍ଷୁଦ୍ରତମ ପରମାଣୁଠାରୁ ଦେବତା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କାହାରି ଉପରେ ସେ ନିର୍ଭର କରନ୍ତି ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କର ସେହି ଅବସ୍ଥାକୁ କୈବଲ୍ୟ (ପୃଥକ୍ତ୍ୱ) ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣତା କୁହାଯାଏ । ଯେତେବେଳେ ଶୁଦ୍ଧି ଓ ଅଶୁଦ୍ଧି ଉଭୟ ମିଶ୍ରିତ 'ସତ୍ତ୍ୱ' ଅର୍ଥାତ୍ ବୁଦ୍ଧି ପୁରୁଷ ଭଳି ଶୁଦ୍ଧ ହୋଇଯାଏ, ସେତେବେଳେ ହିଁ ଏହି କୈବଲ୍ୟ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ, ସେତେବେଳେ ସେହି ଶୁଦ୍ଧ ବୁଦ୍ଧି କେବଳ ନିର୍ଗୁଣ ପବିତ୍ରସ୍ୱରୂପ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ହିଁ ପ୍ରତିଫଳିତ କରେ ।

ଚତୁର୍ଥ ଅଧ୍ୟାୟ
କୈବଲ୍ୟପାଦ

ଜନ୍ମୌଷଧିମନ୍ତ୍ରତପଃସମାଧିଜାଃ ସିଦ୍ଧୟଃ ॥୧॥

ସିଦ୍ଧି (ଶକ୍ତି)-ସମୂହ ଜନ୍ମ, ଔଷଧ, ମନ୍ତ୍ର, ତପସ୍ୟା ଓ ସମାଧିରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ।

କେବେ କେବେ ମନୁଷ୍ୟ ପୂର୍ବଜନ୍ମଲବ୍‌ଧ ସିଦ୍ଧି ନେଇ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରେ । ଏ ଜନ୍ମରେ ସେ ଯେପରି ସେଗୁଡ଼ିକର ଫଳଭୋଗ କରିବା ପାଇଁ ହିଁ ଆସେ । ସାଂଖ୍ୟଦର୍ଶନର ପିତାସ୍ୱରୂପ କପିଳଙ୍କ ସମ୍ବନ୍ଧରେ କଥିତ ଅଛି ଯେ, ସେ ସିଦ୍ଧ* ହୋଇ ଜନ୍ମିଥିଲେ । 'ସିଦ୍ଧ' ଶବ୍ଦର ଅର୍ଥ— ଯିଏ ସଫଳ ବା କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଛନ୍ତି ।

ଯୋଗୀମାନେ କହନ୍ତି, ରାସାୟନିକ ଉପାୟରେ ଅର୍ଥାତ୍ ଔଷଧ ଆଦିଦ୍ୱାରା ଏହି ସକଳ ଶକ୍ତି ଲାଭ କରାଯାଇପାରେ । ତୁମେମାନେ ସମସ୍ତେ ଜାଣ ଯେ, ରସାୟନ ବିଦ୍ୟା ଆଲକେମି(alchemy)ରୁ ଆରମ୍ଭ । ମନୁଷ୍ୟ ପରଶ-ମଣି (philosophers' stone), ସଞ୍ଜୀବନୀ ଅମୃତ (elixir of life) ଇତ୍ୟାଦିର ଅନ୍ୱେଷଣ କରୁଥିଲା । ଭାରତବର୍ଷରେ 'ରସାୟନ' ନାମରେ ଏକ ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ଥିଲା । ସେମାନଙ୍କର ମତ ଥିଲା : ସୂକ୍ଷ୍ମତତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରିୟତା, ଜ୍ଞାନ, ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତା, ଧର୍ମ—ଏସବୁ ଖୁବ୍ ଭଲ; କିନ୍ତୁ ଏଗୁଡ଼ିକ ଲାଭ ପରିବାର ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ଏହି ଶରୀର । ଯଦି ମଝେ ମଝେ ଶରୀର ଭଗ୍ନ ଅର୍ଥାତ୍ ମୃତ୍ୟୁଗ୍ରସ୍ତ ହୁଏ, ତେବେ ସେହି ଚରମ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ପହଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ଅନେକ ସମୟ ଲାଗିବ । ମନେକର, କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଯୋଗ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ପାଇଁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକଭାବାପନ୍ନ ହେବାକୁ ଇଚ୍ଛୁକ; କିନ୍ତୁ ଯଥେଷ୍ଟ ଉନ୍ନତି କରୁ ନ କରୁଣୁ ତାର ମୃତ୍ୟୁ ହେଲା । ସେତେବେଳେ ସେ ଆଉ ଏକ ଦେହ ଧାରଣ କରି ପୁନରାୟ ସାଧନା କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲା, ପୁନଶ୍ଚ ତାହାର ମୃତ୍ୟୁ ହେଲା; ଏହିପରି ପୁନଃ ପୁନଃ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ ଓ ମୃତ୍ୟୁରେ ହିଁ ତାହାର ଅଧିକାଂଶ ସମୟ ନଷ୍ଟ ହୋଇଗଲା । ଯଦି ଶରୀରକୁ ଏପରି ସବଳ ଓ ନିର୍ଦ୍ଦୋଷ ଅବସ୍ଥାରେ ରଖି ହୁଏ ଯେ, ତାହାର ଜନ୍ମ-ମୃତ୍ୟୁ ଏକାବେଳକେ ବନ୍ଦ ହୁଏ, ତା'ହେଲେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଉନ୍ନତି କରିବା ସକାଶେ ଅନେକ ସମୟ ମିଳିବ । ଏହି କାରଣରୁ ରାସାୟନସମ୍ପ୍ରଦାୟ କହିଥାଅନ୍ତି, 'ପ୍ରଥମେ ଶରୀରକୁ ଖୁବ୍ ସବଳ କର ।' ସେମାନେ କହନ୍ତି, ଶରୀରକୁ ଅମର କରାଯାଇପାରେ । ଏମାନଙ୍କର ମନର ଭାବ ଏହି ଯେ, ଶରୀର ଗଠନ କରିବାର କର୍ତ୍ତା ଯଦି ମନ ହୁଏ, ଆଉ ଏହା ଯଦି ସତ୍ୟ ହୁଏ ଯେ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମନ ସେହି ଅନନ୍ତ ଶକ୍ତି ପ୍ରକାଶର ଗୋଟିଏ ବିଶେଷ ପ୍ରଣାଳୀ ମାତ୍ର, ତେବେ ଏହିପରି ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରଣାଳୀର ବାହାରୁ ଯଥେଚ୍ଛା ଶକ୍ତି ସଂଗ୍ରହ କରିବାର କୌଣସି ସୀମା ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କରାଯାଇପାରେ ନାହିଁ । ସୁତରାଂ ଆମେ ଚିରକାଳ ଏହି ଶରୀରକୁ ରଖିପାରିବା ନାହିଁ କାହିଁକି ? ଯେତେ ଶରୀର ଆମେ ଧାରଣ କରୁ, ସବୁ ଆମମାନଙ୍କୁ ହିଁ ଗଠନ କରିବାକୁ ହୁଏ । ଯେତେବେଳେ ଏହି ଶରୀରର ପତନ ହେବ, ସେତେବେଳେ ପୁଣି ଆମମାନଙ୍କୁ

---

* ତୁଳନୀୟ : 'ସିଦ୍ଧାନାଂ କପିଳୋ ମୁନିଃ' —ଗୀତା, ୧୦।୨୬

ହିଁ ଆଉ ଗୋଟିଏ ଶରୀର ଗଠନ କରିବାକୁ ହେବ । ଯଦି ଆମର ଏହି କ୍ଷମତା ଥାଏ, ତେବେ ଏ ଶରୀରକୁ ବାହାରକୁ ନ ଯାଇ ଆମେ ଏହିଠାରେ ହିଁ ଏବଂ ଏହି ପରମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ହିଁ ସେହି ଗଠନ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରିବା ନାହିଁ କାହିଁକି ? ତତ୍ତ୍ୱ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଏହା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟ । ଏହା ଯଦି ସମ୍ଭବ ହୁଏ ଯେ, ଆମେ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ମଧ୍ୟ (କୌଣସି ଏକ ଭାବରେ) ଜୀବିତ ଥାଉ ଏବଂ ନିଜ ନିଜ ଶରୀର ଗଠନ କରୁ, ତେବେ ଶରୀରକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଧ୍ୱଂସ ନ କରି କେବଳ ତାହାକୁ କ୍ରମଶଃ ପରିବର୍ତ୍ତିତ କରି ଏହି ପୃଥିବୀରେ (ନୂତନତର) ଶରୀର ଗଠନ କରିବା ଆମମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଅସମ୍ଭବ ହେବ କାହିଁକି ? ସେମାନଙ୍କର ଆହୁରି ବିଶ୍ୱାସ ଥିଲା, ଯେ ପାରଦ ଓ ଗନ୍ଧକରେ ଅତି ଅଦ୍ଭୁତ ଶକ୍ତି ଲୁକ୍‌କାୟିତ ଅଛି । ଏହି ଦ୍ରବ୍ୟଗୁଡ଼ିକରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କୌଣସି ବିଶେଷ 'ରସାୟନ' ଦ୍ୱାରା ମନୁଷ୍ୟ ଯେତେ ଦିନ ଇଚ୍ଛା ଶରୀରକୁ ଅବିକୃତ ରଖିପାରେ । ଅନ୍ୟ କେହି କେହି ବିଶ୍ୱାସ କରୁଥିଲେ ଯେ, ଔଷଧ ବିଶେଷର ସେବନରୁ ଆକାଶଗମନାଦି ସିଦ୍ଧି ଲାଭ ହୋଇପାରେ । ଆଜିକାଲିର ଅଧିକାଂଶ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଔଷଧ ବିଶେଷତଃ ଔଷଧରେ ଧାତୁର ବ୍ୟବହାର, ଆମେ ଏହି ରାସାୟନବିଦ୍ୟାରୁ ପାଇଅଛୁ । କୌଣସି କୌଣସି ଯୋଗୀ-ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ଦାବୀ କରନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରଧାନ ଗୁରୁମାନେ ବର୍ତ୍ତମାନ ମଧ୍ୟ ସେମାନଙ୍କର ପୁରାତନ ଶରୀରରେ ହିଁ ବିଦ୍ୟମାନ ଅଛନ୍ତି । ଯୋଗ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରମାଣଭୂତ (ଯାହାର ପ୍ରାମାଣ୍ୟ ଅକାଟ୍ୟ, ସେହି) ପତଞ୍ଜଳି ମଧ୍ୟ ଏହା ଅସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତି ନାହିଁ ।

ମନ୍ତ୍ରଶକ୍ତି:—ମନ୍ତ୍ର-ନାମକ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ପବିତ୍ର ଶବ୍ଦ ଅଛି; ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ନିୟମରେ ଉଚ୍ଚାରଣ କଲେ ଏଗୁଡ଼ିକରୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଶକ୍ତି ଲାଭ ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ଦିନରାତି ଅଦ୍ଭୁତ ଘଟଣାରାଶି ମଧ୍ୟରେ ବାସ କରୁ, ସେଗୁଡ଼ିକ ବିଷୟରେ କିଛି ଚିନ୍ତା ମଧ୍ୟ କରୁ ନାହିଁ । ମନୁଷ୍ୟର ଶକ୍ତି, ଶବ୍ଦର ଶକ୍ତି ଓ ମନର ଶକ୍ତିର କୌଣସି ସୀମା ନାହିଁ ।

ତପସ୍ୟା:—ତୁମେମାନେ ଦେଖିବ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ଧର୍ମରେ ତପସ୍ୟା ଓ କୃଚ୍ଛସାଧନା ଅଛି । ଧର୍ମର ଏହି ଦିଗଟିରେ ହିନ୍ଦୁମାନେ ହିଁ ସର୍ବଦା ଚରମ ସୀମାକୁ ଯାଇଥାଆନ୍ତି । ଦେଖିବ—ଏପରି ଅନେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ସାରାଜୀବନ ହାତ ଶୁଖି ଅବଶ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ହାତ ଉଠାଇ ରଖନ୍ତି । ଅନେକେ ଦିନରାତି ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହୋଇ ରହନ୍ତି, ଅବଶେଷରେ ସେମାନଙ୍କ ଗୋଡ଼ ଫୁଲିଯାଏ; ଯଦି ତା'ପରେ ମଧ୍ୟ ସେମାନେ ଜୀବିତ ଥାଆନ୍ତି, ତା'ହେଲେ ସେହି ଅବସ୍ଥାରେ ସେମାନଙ୍କ ଗୋଡ଼ ଏତେ ଶକ୍ତ ହୋଇଯାଏ ଯେ, ସେମାନେ ଆଉ ଗୋଡ଼ ବଙ୍କାଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଅବଶିଷ୍ଟ ଜୀବନ ସେମାନଙ୍କୁ ଦଣ୍ଡାୟମାନ ହୋଇ ରହିବାକୁ ପଡ଼େ । ମୁଁ ଥରେ ଜଣେ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱବାହୁ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ଦେଖିଥିଲି । ତାଙ୍କୁ ପଚାରିଲି, 'ଯେତେବେଳେ ପ୍ରଥମେ ଏହା ଅଭ୍ୟାସ କଲେ ସେତେବେଳେ କିପରି ବୋଧ କରୁଥିଲେ ?' ସେ କହିଲେ, 'ପ୍ରଥମେ ପ୍ରଥମେ ଭୟଙ୍କର ଯନ୍ତ୍ରଣା ବୋଧ ହେଉଥିଲା । ଏତେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହୁଏ ଯେ ନଦୀକୁ ଯାଇ ପାଣିରେ ବୁଡ଼ିରହେ; ତାହାଦ୍ୱାରା କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ଯନ୍ତ୍ରଣାର ସାମାନ୍ୟ ଉପଶମ ହେଉଥିଲା । ମାସେ ପରେ ଆଉ ବିଶେଷ କଷ୍ଟ ହେଲା ନାହିଁ ।' ଏପରି ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ସିଦ୍ଧି ବା ବିଭୂତି ଲାଭ ହୋଇଥାଏ ।

ସମାଧି:—ମନର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଏକାଗ୍ରତା, ଏହା ହିଁ ପ୍ରକୃତ ଯୋଗ; ଏ ବିଜ୍ଞାନରେ ଏହା ହିଁ ପ୍ରଧାନ ଆଲୋଚନାର ବିଷୟ, ଆଉ ଏହା ହିଁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଉପାୟ । ପୂର୍ବେ ଆଲୋଚିତ ବିଷୟଗୁଡ଼ିକ ଗୌଣ । ସେଗୁଡ଼ିକଦ୍ୱାରା ଉଚ୍ଚତମ ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରାଯାଏ ନାହିଁ । ସମାଧିଦ୍ୱାରା ହିଁ ମାନସିକ, ନୈତିକ ଓ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଯାହା କିଛି, ସମସ୍ତ ହିଁ ଆମେ ଲାଭ କରିପାରୁ ।

ଜାତ୍ୟନ୍ତର-ପରିଣାମଃ ପ୍ରକୃତ୍ୟାପୂରାତ୍ ॥୨॥

—ପ୍ରକୃତିର ଆପୂରଣଦ୍ୱାରା ଏକ ଜାତି ଅନ୍ୟ ଏକ ଜାତିରେ ପରିଣତ ହୁଏ ।

ପତଞ୍ଜଳି କହିଛନ୍ତି, ଏହି ପ୍ରସ୍ତାବରେ ଉପସ୍ଥାପିତ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ କେବେ ଜନ୍ମଦ୍ୱାରା, କେବେ ରାସାୟନିକ ଔଷଧଦ୍ୱାରା ଅଥବା ତପସ୍ୟାଦ୍ୱାରା ଲାଭ କରିହୁଏ । ସେ ପୁନଶ୍ଚ ସ୍ୱୀକାର କରିଛନ୍ତି ଯେ, ଏହି ଶରୀରକୁ ଯେତେଦିନ ଇଚ୍ଛା ସେତେଦିନ ରକ୍ଷା କରାଯାଇପାରେ । ବର୍ତ୍ତମାନ ତାଙ୍କର ପ୍ରଶ୍ନ ଏହି ଶରୀର ଗୋଟିଏ ଜାତିରୁ ଅନ୍ୟ ଜାତିରେ ପରିଣତ ହୁଏ କାହିଁକି ? ତାଙ୍କ ମତରେ ଏହା ପ୍ରକୃତିର ଆପୂରଣ-ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥାଏ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସୂତ୍ରରେ ସେ ଏହା ବୁଝାଇ ଦେଉଛନ୍ତି ।

ନିମିତ୍ତମପ୍ରୟୋଜକଂ ପ୍ରକୃତୀନାଂ ବରଣଭେଦସ୍ତୁ ତତଃ କ୍ଷେତ୍ରିକବତ୍ ॥୩॥

—ସତ୍ ଓ ଅସତ୍ କର୍ମ ପ୍ରକୃତିର ପରିଣାମର ସାକ୍ଷାତ୍ କାରଣ ନୁହେଁ । କୃଷକ ଜଳର ଗତିପଥରେ ବାଧା ଦେଉଥିବା ବନ୍ଧକୁ ଭାଙ୍ଗିଦେଲେ ଜଳ ଯେପରି ନିଜ ସ୍ୱଭାବ ଅନୁସାରେ ପ୍ରଭାହିତ ହୁଏ, ଏଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ତାହାର ବାଧା ଭଗ୍ନକାରୀ ନିମିତ୍ତ ମାତ୍ର ।

ଯେତେବେଳେ କୌଣସି କୃଷକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଜଳସେଚନ କରିବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛା କରେ, ସେତେବେଳେ ତାହାର ଅନ୍ୟ କୌଣସି ସ୍ଥାନରୁ ଜଳ ଆଣିବା ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ ନାହିଁ, କ୍ଷେତ୍ର ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ଜଳାଶୟରେ ସଞ୍ଚିତ ଜଳ କବାଟଦ୍ୱାରା ରୁଦ୍ଧ ଅଛି । କୃଷକ ସେହି କବାଟ ଖୋଲିଦେଲେ ଜଳ ଆପଣାର ମାଧ୍ୟାକର୍ଷଣର ନିୟମାନୁସାରେ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ । ଏହିପରି ସର୍ବବିଧ ଉନ୍ନତି ଓ ଶକ୍ତି ପୂର୍ବରୁ ହିଁ ସମସ୍ତଙ୍କ ଭିତରେ ରହିଅଛି । ପୂର୍ଣ୍ଣତା ମନୁଷ୍ୟର ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଭାବ; କେବଳ ତାହାର ଦ୍ୱାର ରୁଦ୍ଧ, ପ୍ରବାହିତ ହେବାର ପ୍ରକୃତ ପଥ ପାଉ ନାହିଁ । ଯଦି କେହି ଏହି ବାଧା ଅପସାରିତ କରିପାରେ, ତେବେ ପ୍ରକୃତିଗତ ଶକ୍ତି ସବେଗରେ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ; ସେତେବେଳେ ମନୁଷ୍ୟ ତାହାର ନିଜସ୍ୱ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଲାଭ କରିଥାଏ । ଏହି ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ଅପସାରିତ ହେଲେ ଏବଂ ପ୍ରକୃତିର ଶକ୍ତି ଅପ୍ରତିହତ ଭାବରେ ଭିତରକୁ ପ୍ରବେଶ କଲେ ଆମେମାନେ ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ଦୁଷ୍ଟ କହୁ, ସେମାନେ ସାଧୁ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ସ୍ୱଭାବ ବା ପ୍ରକୃତି ହିଁ ଆମମାନଙ୍କୁ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଦିଗକୁ ନେଇ ଯାଉଅଛି, ଠିକ୍ ସମୟରେ ଏହି ପ୍ରକୃତି ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସେହି ଅବସ୍ଥାକୁ ନେଇଯିବ । ଧାର୍ମିକ ହେବା ପାଇଁ ଯାହା କିଛି ସାଧନ ଓ ଚେଷ୍ଟା, ତାହା କେବଳ ନିଷେଧମୁଖ କାର୍ଯ୍ୟମାତ୍ର—ତାହା କେବଳ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ଅପସାରିତ କରି ଜନ୍ମଗତ ଅଧିକାରସ୍ୱରୂପ ପୂର୍ଣ୍ଣତାରଦ୍ୱାର ଖୋଲିଦେବ । ପୂର୍ଣ୍ଣତା ହିଁ ଆମମାନଙ୍କର ପ୍ରକୃତ ସ୍ୱଭାବ ।

ପ୍ରାଚୀନ ଯୋଗୀମାନଙ୍କ ପରିଣାମବାଦ ଆଧୁନିକ ଗବେଷଣାର ଆଲୋକରେ ଅଧିକ ସହଜରେ ଓ ଭଲ ଭାବରେ ବୁଝିହେବ ଏବଂ ଯୋଗୀମାନଙ୍କର ବ୍ୟାଖ୍ୟା ଆଧୁନିକ ବ୍ୟାଖ୍ୟା ଅପେକ୍ଷା ଅନେକ ଭଲ । ଆଧୁନିକଗଣ କହନ୍ତି, ପରିଣାମର ଦୁଇଟି କାରଣ—ଯୌନ-ନିର୍ବାଚନ (sexual selection) ଓ ଯୋଗ୍ୟତମର ଉଜ୍ଜୀବନ (survival of the fittest)* କିନ୍ତୁ ଏ ଦୁଇଟି କାରଣ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ବୋଲି ବୋଧହୁଏ ନାହିଁ । ମନେକର, ମାନବୀୟ

* ଡାରଉଇନ୍ ଓ ତତ୍‌ପରବର୍ତ୍ତୀ ବୈଜ୍ଞାନିକଗଣଙ୍କର ମତ: ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କ ଶରୀରର ପରିବର୍ତ୍ତନର କାରଣ ନିଜ ନିଜ ଯୌନସଙ୍ଗୀ ନିର୍ବାଚନର ଇଚ୍ଛା; ଏହି ଜୀବନ-ସଂଗ୍ରାମରେ ଯେଉଁମାନେ ଯୋଗ୍ୟତମ, ସେମାନେ ହିଁ ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଞ୍ଚିଯାଆନ୍ତି ଓ ଅନ୍ୟମାନେ ଧ୍ୱଂସ ପାଆନ୍ତି ।

ଜ୍ଞାନ ଏତେଦୂର ଉନ୍ନତ ହେଲା ଯେ, ଶରୀର-ଧାରଣ ଓ ସଙ୍ଗୀ-ନିର୍ବାଚନ କରିବାର ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଉଠିଗଲା । ତାହାହେଲେ ଆଧୁନିକଗଣଙ୍କ ମତରେ ମନୁଷ୍ୟର ଉନ୍ନତି-ପ୍ରବାହ ରୁଦ୍ଧ ହେବ ଏବଂ ଜାତିର ମୃତ୍ୟୁ ହେବ । ଏହି ମତବାଦ ଫଳରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅତ୍ୟାଚାରୀ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜ ବିବେକର ଭର୍ତ୍ସନାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବାର ଗୋଟିଏ ଯୁକ୍ତି ଲାଭ କରନ୍ତି । ପୁଣି ଏପରି ଲୋକର ମଧ୍ୟ ଅଭାବ ନାହିଁ, ଯେଉଁମାନେ ନିଜକୁ ଦାର୍ଶନିକ ବୋଲି ପରିଚୟ ଦିଅନ୍ତି ଏବଂ ଦୁଷ୍ଟ ଓ ଅନୁପଯୁକ୍ତ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ମାରିପକାଇବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି; ସେମାନେ ହିଁ ଯେପରି ମନୁଷ୍ୟର ଯୋଗ୍ୟତା ଓ ଅଯୋଗ୍ୟତାର ଏକମାତ୍ର ବିଚାରକ—ଏହି ଭାବରେ ସେମାନେ ମନୁଷ୍ୟ ଜାତିକୁ ରକ୍ଷା କରିବେ । କିନ୍ତୁ ସେହି ମହାନ୍‌ପ୍ରାଚୀନ ପରିଣାମବାଦୀ ପତଞ୍ଜଳି ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି: କ୍ରମବିକାଶ ବା ପରିଣାମର ପ୍ରକୃତ ରହସ୍ୟ—ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ହୋଇ ରହିଅଛି, ତାହାରି ହିଁ ବିକାଶ ମାତ୍ର; ଏହି ପୂର୍ଣ୍ଣତା ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଅଛି ଏବଂ ବାଧାର ଅତୀତ ପ୍ରଦେଶରେ ଅନନ୍ତ ତରଙ୍ଗସ୍ରୋତ ନିଜକୁ ପ୍ରକାଶ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଅଛି । ଏହି ସଂଗ୍ରାମ ଓ ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱିତା ଆମମାନଙ୍କର ଅଜ୍ଞାନର ଫଳ ମାତ୍ର । ଏହାର ଦ୍ୱାର କିପରି ଖୋଲିଦେବାକୁ ହୁଏ ଓ ଜଳକୁ କିପରି ଭିତରକୁ ଆଣିବାକୁ ହୁଏ, ତାହା ଜାଣୁ ନାହିଁ ବୋଲି ଏହିପରି ହୋଇଥାଏ । ବନ୍ଧ ବାହାରେ ଯେଉଁ ଅନନ୍ତ ତରଙ୍ଗ ସ୍ରୋତ ରହିଅଛି ତାହା ନିଜକୁ ପ୍ରକାଶ କରିବ ହିଁ କରିବ; ଏହା ହିଁ ସମଗ୍ର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିର କାରଣ; କେବଳ ଜୀବନ-ଧାରଣ ଅଥବା ଇନ୍ଦ୍ରିୟଭୋଗ ପାଇଁ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଅଜ୍ଞାନଜାତ କ୍ଷଣିକ ଅନାବଶ୍ୟକ ବାହ୍ୟ ବ୍ୟାପାର ମାତ୍ର । ସକଳ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ବନ୍ଦ ହୋଇଗଲେ ମଧ୍ୟ ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ପୂର୍ଣ୍ଣ ନ ହୋଇଛନ୍ତି, ସେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମମାନଙ୍କର ଏହି ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ପୂର୍ଣ୍ଣସ୍ୱଭାବ ଆମମାନଙ୍କୁ କ୍ରମଶଃ ଅଗ୍ରସର କରାଇ ଉନ୍ନତି ଦିଗରେ ନେଇଯିବ । ଅତଏବ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଯେ ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ, ଏହା ବିଶ୍ୱାସ କରିବାର କୌଣସି ଯୁକ୍ତି ନାହିଁ । ପଶୁ ଭିତରେ 'ମନୁଷ୍ୟ' ଲୁଚି ରହିଅଛି । ଯେତେବେଳେ ଦ୍ୱାର ଉନ୍ମୁକ୍ତ ହୁଏ ବା ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ଅପସାରିତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ସବେଗରେ 'ମନୁଷ୍ୟ' ବହିର୍ଗତ ହୁଏ; ଏହିପରି ମନୁଷ୍ୟ ଭିତରେ ମଧ୍ୟ ଦେବତା ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ରହିଛନ୍ତି, କେବଳ ଅଜ୍ଞାନର ଅର୍ଗଳ ଓ ଶୃଙ୍ଖଳରେ ସେ ବନ୍ଦୀ ହୋଇଛନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ଜ୍ଞାନ ଏହି ଅର୍ଗଳଗୁଡ଼ିକୁ ଭାଙ୍ଗି ପକାଏ, ସେତେବେଳେ ହିଁ ସେହି ଦେବତା ପ୍ରକାଶିତ ହୁଅନ୍ତି ।

ନିର୍ମାଣଚିତ୍ତାନ୍ୟସ୍ମିତାମାତ୍ରାତ୍ ॥୪॥

—ଯୋଗୀ କେବଳ ନିଜର ଅହଂଭାବରୁ ଅନେକ ଚିତ୍ତ ସୃଜନ କରିପାରନ୍ତି ।

କର୍ମବାଦର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ଏହି ଯେ, ଆମେ ଆମର ସଦସତ୍ କର୍ମର ଫଳ ଭୋଗ କରିଥାଉ; ପୁଣି ସମଗ୍ର ଦର୍ଶନଶାସ୍ତ୍ରର ଏକମାତ୍ର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ—ମନୁଷ୍ୟର ନିଜ ମହିମା ଅବଗତ ହେବା । ସକଳ ଶାସ୍ତ୍ର ମାନବ-ଆତ୍ମାର ମହିମା ଘୋଷଣା କରୁଅଛି, ପୁଣି ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ କର୍ମବାଦ ପ୍ରଚାର କରୁଅଛି: ଶୁଭକର୍ମର ଫଳ ଶୁଭ, ଅଶୁଭ କର୍ମର ଫଳ ଅଶୁଭ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଯଦି ଶୁଭାଶୁଭ କର୍ମ ଆତ୍ମା ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିପାରେ, ତେବେ ଆତ୍ମା ତ କିଛି ନୁହେଁ । ପ୍ରକୃତ ପକ୍ଷରେ ଅଶୁଭ କର୍ମ କେବଳ ପୁରୁଷଙ୍କ ସ୍ୱରୂପ ପ୍ରକାଶରେ ବାଧା ଦିଏ; ଶୁଭ କର୍ମ ସେହି ବାଧାଗୁଡ଼ିକୁ ଦୂର କରିଦିଏ, ସେତେବେଳେ ହିଁ ପୁରୁଷଙ୍କର ମହିମା ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ, କିନ୍ତୁ ପୁରୁଷ ନିଜେ କେବେହେଲେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ବା ପରିଣାମପ୍ରାପ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ତୁମେ

ଯାହା କର ନା କାହିଁକି, କୌଣସି କିଛି ତୁମର ମହିମା—ତୁମର ନିଜ ସ୍ୱରୂପ ନଷ୍ଟ କରିପାରେ ନାହିଁ; କାରଣ କୌଣସି ବସ୍ତୁ ଆତ୍ମା ଉପରେ କ୍ରିୟା କରିପାରେ ନାହିଁ, ଆତ୍ମା ଉପରେ କେବଳ ଗୋଟିଏ ଆବରଣ ପଡ଼େ ଏବଂ ତାହାର ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଚ୍ଛାଦିତ ହୁଏ ।

ଯୋଗୀଗଣ ଶୀଘ୍ର ଶୀଘ୍ର କର୍ମକ୍ଷୟ କରିବା ପାଇଁ 'କାୟବ୍ୟୂହ' ଅର୍ଥାତ୍ ଏକ ସଙ୍ଗେ ବହୁଦେହ ସୃଜନ କରନ୍ତି । ଏହି ସକଳ ଦେହ ପାଇଁ ସେମାନେ ସେମାନଙ୍କର ଅସ୍ମିତା ବା ଅହଂତତ୍ତ୍ୱରୁ ଅନେକଗୁଡ଼ିଏ ମନ ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ମୂଳଚିତ୍ତ ସହିତ ପୃଥକତ୍ୱ ବୁଝାଇବା ପାଇଁ ଏହି ନିର୍ମିତ ଚିତ୍ତସମୂହକୁ 'ନିର୍ମାଣଚିତ୍ତ' କୁହାଯାଏ ।

ପ୍ରବୃତ୍ତିଭେଦେ ପ୍ରୟୋଜକଂ ଚିତ୍ତମେକମନେକେଷାମ୍ ।।୫।।

—ଯଦିଓ ଏହି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ସୃଷ୍ଟ ମନର କାର୍ଯ୍ୟ ନାନାପ୍ରକାର, ତଥାପି ସେହି ଏକ ଆଦି ମନ ହିଁ ସବୁଗୁଡ଼ିକର ନିୟନ୍ତା ।

ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ମନ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଦେହରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ; ଏଗୁଡ଼ିକୁ 'ନିର୍ମାଣଚିତ୍ତ' ଏବଂ ଏହି ଶରୀରଗୁଡ଼ିକୁ 'ନିର୍ମାଣଦେହ' କହନ୍ତି, ଅର୍ଥାତ୍ ବିଶେଷଭାବରେ ନିର୍ମିତ ଶରୀର ଓ ମନ । ଭୂତ (ମୂଳ ଉପାଦାନ) ଓ ମନ ଯେପରି ଦୁଇଟି ଅଫୁରନ୍ତ ଭଣ୍ଡାରସମ । ଯୋଗୀ ହେଲେ ତୁମେ ଏ ଦୁଇଟିକୁ ଜୟ କରିବାର ରହସ୍ୟ ଅବଗତ ହେବ । ଏହି ଜ୍ଞାନ ବରାବର ତୁମର ଥିଲା, ତୁମେ କେବଳ ତାହା ଭୁଲିଯାଇଛ । ଯୋଗୀ ହେଲେ ତାହା ତୁମର ସ୍ମୃତିପଥରେ ଉଦିତ ହେବ; ସେତେବେଳେ ତୁମେ ତାହାକୁ ନେଇ ଯାହା ଇଚ୍ଛା ତାହା କରିପାରିବ, ଯେପରି ଇଚ୍ଛା ସେହି ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବ । ଯେଉଁ ଉପାଦାନରୁ ଏହି ବୃହତ୍ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୁଏ, ଏହି ନିର୍ମାଣଚିତ୍ତ ମଧ୍ୟ ସେହି ଉପାଦାନରୁ ନିର୍ମିତ । ମନ ଏକ ପଦାର୍ଥ ଓ ଭୂତ ଅନ୍ୟ ଏକ ପୃଥକ୍ ପଦାର୍ଥ—ତାହା ନୁହେଁ, ତାହା ସେହି ଏକ ପଦାର୍ଥର ବିଭିନ୍ନ ଦିଗ ମାତ୍ର । ଅସ୍ମିତା ହିଁ ସେହି ଉପାଦାନ, ସେହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ବସ୍ତୁ, ଯେଉଁଥିରୁ ଯୋଗୀର ଏହି ନିର୍ମାଣଚିତ୍ତ ଓ ନିର୍ମାଣଦେହ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୁଏ । ସୁତରାଂ ଯେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ପ୍ରକୃତିର ଏହି ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକର ରହିସ୍ୟ ଅବଗତ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ହିଁ ସେ ଅସ୍ମିତା-ନାମକ ଉପାଦାନରୁ ଯେତେ ଇଚ୍ଛା ମନ ଓ ଶରୀର ନିର୍ମାଣ କରିପାରନ୍ତି ।

ତତ୍ର ଧ୍ୟାନଜମନାଶୟମ୍ ।।୬।।

—ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଚିତ୍ତ ମଧ୍ୟରୁ ଯେଉଁ ଚିତ୍ତ ସମାଧିଦ୍ୱାରା ଲବ୍ଧ, ତାହା ବାସନାଶୂନ୍ୟ ।

ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଠାରେ ଆମେ ଯେଉଁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ମନ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ, ତନ୍ମଧ୍ୟରୁ ଯେଉଁ ମନର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଏକାଗ୍ରତା ବା ସମାଧି-ଅବସ୍ଥା ଲାଭ ହୋଇଅଛି, ତାହା ହିଁ ସର୍ବୋଚ୍ଚ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଔଷଧ, ମନ୍ତ୍ର ଅଥବା କୃଚ୍ଛ୍ରତା ବଳରେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଶକ୍ତି ଲାଭ କରେ, ତାହାର ସେତେବେଳେ ମଧ୍ୟ ବାସନା ଥାଏ; କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଧ୍ୟାନଯୋଗଦ୍ୱାରା ସମାଧି ଲାଭ କରେ, କେବଳ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି ହିଁ ସକଳ ବାସନାରୁ ମୁକ୍ତ ।

କର୍ମାଶୁକ୍ଳାକୃଷ୍ଣଂ ଯୋଗିନସ୍ତ୍ରିବିଧମିତରେଷାମ୍ ।।୭।।

—ଯୋଗୀମାନଙ୍କ କର୍ମ କୃଷ୍ଣ ନୁହେଁ କି ଶୁକ୍ଳ ମଧ୍ୟ ନୁହେଁ । ମାତ୍ର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପକ୍ଷରେ କର୍ମ ତ୍ରିବିଧ—ଅର୍ଥାତ୍ ଶୁକ୍ଳ, କୃଷ୍ଣ ଓ ମିଶ୍ର ।

ଯେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ସିଦ୍ଧି ବା ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଲାଭ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟଦ୍ୱାରା ଯେଉଁସବୁ କର୍ମଫଳ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ, ସେଗୁଡ଼ିକ ଆଉ ତାହାଙ୍କୁ

ବାନ୍ଧିପାରେ ନାହିଁ; କାରଣ ସେ ଏଗୁଡ଼ିକ ଇଚ୍ଛା କରି ନ ଥାନ୍ତି । ସେ କେବଳ କର୍ମ କରିଯାଆନ୍ତି, ପରହିତ ପାଇଁ କଲ୍ୟାଣମୂଳକ କର୍ମ କରିଯାଆନ୍ତି; କିନ୍ତୁ କର୍ମଫଳ ପ୍ରତି ଆସକ୍ତି ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଅତଏବ କର୍ମଫଳ ତାହାଙ୍କୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିବ କାହିଁକି ? କିନ୍ତୁ ସାଧାରଣ ମନୁଷ୍ୟର କଥା ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର; ଯେଉଁମାନେ ଏହି ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରି ନାହାନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରେ କର୍ମ ତ୍ରିବିଧ—କୃଷ୍ଣ (ଅସତ୍ ବା ଅଶୁଭ କର୍ମ), ଶୁକ୍ଳ (ସତ୍ ବା ଶୁଭ କର୍ମ) ଓ ମିଶ୍ର ।

ତତସ୍ତଦ୍ୱିପାକାନୁ ଗୁଣାନାମେବାଭିବ୍ୟକ୍ତିର୍ବାସନାନାମ୍ ॥୮॥

—ଏହି ତ୍ରିବିଧ କର୍ମରୁ କେବଳ ଯେଉଁଗୁଡ଼ିକ ସେହି ଅବସ୍ଥାରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇବାର ଉପଯୁକ୍ତ, ସେହି ବାସନାଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ । (ଅନ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ସେହି ସମୟ ପାଇଁ ସ୍ତିମିତ ହୋଇ ରହେ ।)

ମନେକର, ମୁଁ ସତ୍, ଅସତ୍ ଓ ମିଶ୍ରିତ—ଏହି ତିନି ପ୍ରକାର କର୍ମ କଲି; ତା'ପରେ ମୋର ମୃତ୍ୟୁ ହେଲା, ମୁଁ ସ୍ୱର୍ଗରେ ଦେବତା ହେଲି । ମନୁଷ୍ୟଦେହର ବାସନା ଓ ଦେବଦେହର ବାସନା ଏକପ୍ରକାର ନୁହେଁ । ଦେବଶରୀର ଭୋଜନ ବା ପାନ କିଛି ହେଲେ କରେ ନାହିଁ । ତାହାହେଲେ ଆମ୍ଭର ଯେଉଁ ପ୍ରାକ୍ତନ ଅଭୁକ୍ତ-କର୍ମ ଆହାର ଓ ପାନର ବାସନା ସୃଜନ କରିଅଛି, ମୁଁ ଯଦି ଦେବତା ହୁଏ, ତେବେ ସେ ବାସନା ଯିବ କୁଆଡ଼େ ? ତାହାର ଉତ୍ତର ଏହି ଯେ, ବାସନା ଉପଯୁକ୍ତ ପରିବେଶ ଓ କ୍ଷେତ୍ର ପାଇଲା ମତ୍ରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇପାରେ । ଯେଉଁ ସକଳ ବାସନାର ପ୍ରକାଶ ପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ ପରିବେଶ ରହିଅଛି, କେବଳ ସେହିଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରକାଶ ପାଇବ; ଅବଶିଷ୍ଟଗୁଡ଼ିକ ସଞ୍ଚିତ ହୋଇ ରହିବ । ଏହି ଜୀବନରେ ହିଁ ଆମମାନଙ୍କର ଅନେକ ଦେବୋଚିତ, ଅନେକ ମନୁଷ୍ୟୋଚିତ ଓ ଅନେକ ପାଶବ ବାସନା ରହିଅଛି । ମୁଁ ଯଦି ଦେବଦେହ ଧାରଣ କରେ, ତେବେ କେବଳ ଶୁଭ ବାସନାଗୁଡ଼ିକ ଫଳୋନ୍ମୁଖ ହେବେ; କାରଣ ଏଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରକାଶ ପାଇଁ ପରିବେଶ ଉପଯୁକ୍ତ ହୋଇଅଛି । ମୁଁ ଯଦି ପଶୁଦେହ ଧାରଣ କରେ ତା'ହେଲେ କେବଳ ପାଶବ ବାସନାଗୁଡ଼ିକ ହିଁ ଆଗେଇ ଆସିବେ । ଶୁଭ ବାସନାଗୁଡ଼ିକ ସେ ସମୟରେ ଅପେକ୍ଷା କରୁଥିବେ । ଏହାଦ୍ୱାରା ପ୍ରମାଣିତ ହୁଏ ଯେ, ଉପଯୁକ୍ତ ପରିବେଶ ସାହାଯ୍ୟରେ ଏହି ବାସନାଗୁଡ଼ିକୁ ଆମେ ଦମନ କରିପାରୁ । କେବଳ ଯେଉଁ କର୍ମ ସେହି ବିଶେଷ ପରିବେଶର ଉପଯୋଗୀ, ତାହା ହିଁ ପ୍ରକାଶିତ ହେବ । ଏଥିରୁ ପ୍ରମାଣିତ ହେଉଅଛି ଯେ, ପରିବେଶର ଶକ୍ତିରେ କର୍ମକୁ ମଧ୍ୟ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରାଯାଏ ।

ଜାତିଦେଶକାଳବ୍ୟବହିତାନାମପ୍ୟାନନ୍ତର୍ଯ୍ୟଂ
ସ୍ମୃତିସଂସ୍କାରୟୋରେକରୂପତ୍ୱାତ୍ ॥୯॥

— ସ୍ମୃତି ଓ ସଂସ୍କାର ଏକ ପ୍ରକାର ବୋଲି ଜାତି, ଦେଶ ଓ କାଳ ବ୍ୟବହିତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ବାସନାର ଆନନ୍ତର୍ଯ୍ୟ ରହିବ ।

ଅନୁଭୂତିସମୂହ ସୂକ୍ଷ୍ମ ସଂସ୍କାରରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ଜାଗରିତ ସଂସ୍କାରକୁ ହିଁ 'ସ୍ମୃତି' କୁହାଯାଏ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଜ୍ଞାତସାରରେ କୃତ କର୍ମ ସହିତ ସଂସ୍କାରରୂପେ ପରିଣତ ପୂର୍ବାନୁଭୂତିସମୂହ ମନର ଅଗୋଚରରେ ଯେଉଁ ସମନ୍ୱୟ ହୁଏ, ତାହା ମଧ୍ୟ ଏହି ସ୍ମୃତିର ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦେହରେ ତଜ୍ଜାତୀୟ ଯେଉଁ ସକଳ ସଂସ୍କାର ଲବ୍ଧ ହୋଇଅଛି, କେବଳ ସେଗୁଡ଼ିକ ସେହି ଦେହରେ କର୍ମର କାରଣ ହେବ । ଭିନ୍ନ ଜାତୀୟ ଦେହର ସଂସ୍କାର ସେତେବେଳେ ସ୍ତିମିତଭାବରେ ରହିବ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶରୀର ହିଁ ସେହି ଜାତୀୟ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଶରୀରରେ ଉତ୍ତରପୁରୁଷ ରୂପେ

କାର୍ଯ୍ୟ କରିବେ । ଏହିପରି ବାସନାର ପୌର୍ବାପର୍ଯ୍ୟ ନଷ୍ଟ ହୁଏ ନାହିଁ ।

ତାସାମନାଦିତ୍ୱଂ ଚାଶିଷୋ ନିତ୍ୟତ୍ୱାତ୍ ॥୧୦॥

—ସୁଖର ବାସନା ନିତ୍ୟ ବୋଲି ବାସନା ମଧ୍ୟ ଅନାଦି ।

ଆମମାନଙ୍କର ସକଳ ଭୋଗ ଓ ଅଭିଜ୍ଞତା ସୁଖୀ ହେବାର ବାସନାରୁ ହିଁ ଉତ୍ପନ୍ନ । ଏହି ଭୋଗର କୌଣସି ଆଦି ନାହିଁ । କାରଣ ପ୍ରତ୍ୟେକ ନୂତନ ଭୋଗ ହିଁ ପୂର୍ବଭୋଗଦ୍ୱାରା ଆମମାନଙ୍କ ଚିତ୍ତରେ ଯେଉଁ ଏକ ପ୍ରକାର ପ୍ରବଣତା ସୃଷ୍ଟି କରିଛି, ତାହାରି ଉପରେ ସ୍ଥାପିତ । ଏହି କାରଣ ହେତୁ ବାସନା ଅନାଦି ।

ହେତୁଫଳାଶ୍ରୟାଲମ୍ବନୈଃ ସଂଗୃହୀତତ୍ୱାଦେଷାମଭାବେ ତଦଭାବଃ ॥୧୧॥

—ଏହି ବାସନାଗୁଡ଼ିକ ହେତୁ, ଫଳ, ଆଧାର ଓ ତାହାର ବିଷୟଦ୍ୱାରା ଏକତ୍ର ଗ୍ରଥିତ ବୋଲି ଏଗୁଡ଼ିକର ଅଭାବ ହେଲେ ବାସନାର ମଧ୍ୟ ଅଭାବ ହୁଏ ।

ଏହି ବାସନାଗୁଡ଼ିକ କାର୍ଯ୍ୟକାରଣ ସୂତ୍ରରେ ଗ୍ରଥିତ;* ମନରେ କୌଣସି ବାସନା ଉଦିତ ହେଲେ ତାହା ସ୍ୱୀୟ ଫଳପ୍ରସବ ନ କରି ନଷ୍ଟ ହେବ ନାହିଁ । ପୁଣି ମନ ସଂସ୍କାରରେ ପରିଣତ ଅତୀତ ବାସନାସମୂହର ଆଧାର—ବୃହତ ଭଣ୍ଡାରସ୍ୱରୂପ; ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏଗୁଡ଼ିକ କର୍ମରୂପେ ନିଃଶେଷିତ ନ ହୋଇଛି, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେଗୁଡ଼ିକର ବିନାଶ ନାହିଁ । ପୁଣି ଯେତେଦିନ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗଣ ବାହ୍ୟବସ୍ତୁ ଗ୍ରହଣ କରିବେ; ସେତେଦିନ ମଧ୍ୟ ନୂତନ ନୂତନ ବାସନା ଉତ୍ଥିତ ହେବ । ଯଦି ଏଗୁଡ଼ିକରୁ (କାର୍ଯ୍ୟ, କାରଣ, ଆଧାର ଓ ବିଷୟ) ଅବ୍ୟାହତି ପାଇବା ସମ୍ଭବ ହୁଏ, ତେବେ ଯାଇ ବାସନାର ବିନାଶ ହୋଇପାରେ ।

ଅତୀତାନାଗତଂ ସ୍ୱରୂପତୋଽସ୍ତ୍ୟଧ୍ୱଭେଦାଦ୍ଧର୍ମାଣାମ୍ ॥୧୨॥

—ବସ୍ତୁର ଧର୍ମ (ବା ଗୁଣ) ସକଳ ହିଁ ବିଭିନ୍ନ ରୂପ ଧାରଣ କରିଛନ୍ତି ବୋଲି ଅତୀତ ଓ ଭବିଷ୍ୟତ (ବର୍ତ୍ତମାନ ଦୃଷ୍ଟ ନହେଲେ ମଧ୍ୟ) ସ୍ୱରୂପରେ ହିଁ ଅବସ୍ଥିତ ଅଛନ୍ତି ।

ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ଏହି ଯେ, ଅସତ୍ (ଅନସ୍ତିତ୍ୱ)ରୁ କେବେହେଲେ ସତ୍ (ଅସ୍ତିତ୍ୱ) ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ନାହିଁ । ଅତୀତ ଓ ଭବିଷ୍ୟତ ଯଦିଓ ବ୍ୟକ୍ତରୂପେ ବର୍ତ୍ତମାନ ନାହିଁ, ତଥାପି ସୂକ୍ଷ୍ମାକାରରେ ବିଦ୍ୟମାନ ଅଛି ।

ତେ ବ୍ୟକ୍ତ-ସୂକ୍ଷ୍ମା ଗୁଣାତ୍ମାନଃ ॥୧୩॥

ସେମାନେ କେତେବେଳେ ବ୍ୟକ୍ତ, କେତେବେଳେ ପୁଣି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଅବସ୍ଥାରେ ଅବସ୍ଥାନ କରନ୍ତି, ପୁନଶ୍ଚ ଗୁଣ ହିଁ ସେମାନଙ୍କର ଆତ୍ମା ଅର୍ଥାତ୍ ସ୍ୱରୂପ ।

ଗୁଣ କହିଲେ ସତ୍ତ୍ୱ, ରଜଃ, ତମଃ—ଏହି ତିନି ଉପାଦାନକୁ ବୁଝାଏ, ସେମାନଙ୍କର ସ୍ଥୂଳ ଅବସ୍ଥା ହିଁ ଏହି ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗ୍ରାହ୍ୟ ଜଗତ । ଅତୀତ ଓ ଭବିଷ୍ୟତ ଏହି ଗୁଣ କେତୋଟିର ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାଶରୁ ହିଁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ।

ପରିଣାମୈକତ୍ୱାଦ୍ୱସ୍ତୁତତ୍ତ୍ୱମ୍ ॥୧୪॥

—ପରିମାଣ ମଧ୍ୟରେ ଏକତ୍ୱ ଦେଖାଯାଏ ବୋଲି ବସ୍ତୁ ବାସ୍ତବିକ ଏକ ।

---

* ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଦ୍ରଷ୍ଟବ୍ୟ— ଯୋଗସୂତ୍ରର ୨।୩, ୨।୧୩ ଓ ୪।୭ ସୂତ୍ର ।

ଯଦିଓ ଉପାଦାନ ତିନୋଟି—ଅର୍ଥାତ୍ ସତ୍ତ୍ୱ, ରଜଃ ଓ ତମଃ ତଥାପି ସେମାନଙ୍କର ପରିଣାମ ଓ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଭିତରେ ଗୋଟିଏ ସମ୍ବନ୍ଧ ଥିବା ହେତୁ ସକଳ ବସ୍ତୁରେ ଏକତ୍ୱ ଅଛି ବୋଲି ବୁଝିବାକୁ ହେବ ।

ବସ୍ତୁସାମ୍ୟେ ଚିତ୍ତଭେଦାତ୍ତୟୋର୍ବିଭକ୍ତଃ ପନ୍ଥାଃ ॥୧୫॥

—ବସ୍ତୁ ଏକ ହେଲେ ହେଁ ଚିତ୍ତ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ବୋଲି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ବାସନା ଓ ଅନୁଭୂତି ହୋଇଥାଏ । ଏକ ବସ୍ତୁ ସମ୍ପର୍କରେ ଅନୁଭୂତି ଓ ବାସନା ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ହେତୁ ମନ ଓ ବିଷୟ ଭିନ୍ନ ସ୍ୱଭାବ-ଯୁକ୍ତ ।*

ତଦୁପରାଗାପେକ୍ଷିତ୍ୱାଚ୍ଚିତ୍ତସ୍ୟ ବସ୍ତୁ ଜ୍ଞାତାଜ୍ଞାତମ୍ ॥୧୬॥

—ଚିତ୍ତରେ ବସ୍ତୁର ପ୍ରତିବିମ୍ବପାତର ଅପେକ୍ଷା ହେତୁ ବସ୍ତୁ କେତେବେଳେ ଜ୍ଞାତ ଓ କେତେବେଳେ ଅଜ୍ଞାତ ରହେ ।

ସଦା ଜ୍ଞାତାଶ୍ଚିତ୍ତବୃତ୍ତୟସ୍ତତ୍ପ୍ରଭୋଃ ପୁରୁଷସ୍ୟାପରିଣାମିତ୍ୱାତ୍ ॥୧୭॥

—ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ସର୍ବଦା ଜଣାଯାଏ, କାରଣ ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରଭୁ-ପୁରୁଷ ଅପରିଣାମୀ ।

ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯେଉଁ ମତର କଥା କୁହାହେଉଅଛି ତାହାର ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ମର୍ମ ଏହି ଯେ, ଜଗତ ମନୋମୟ ଓ ଭୌତିକ ଉଭୟ ପ୍ରକାରର । ପୁଣି ଏହି ମନୋମୟ ଓ ଭୌତିକ ଜଗତ ସର୍ବଦା ଯେପରି ପ୍ରବାହ ଆକାରରେ ହିଁ ଚାଲୁଅଛି । ଏହି ପୁସ୍ତକ ଖଣ୍ଡିକ କଅଣ ? ଏହା ନିତ୍ୟପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ପରମାଣୁର ସମଷ୍ଟିମାତ୍ର । କେତେଗୁଡ଼ିଏ ବାହାରକୁ ଯାଉଅଛି, କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଭିତରକୁ ଆସୁଅଛି, ତାହା ଗୋଟିଏ ଆବର୍ତ୍ତସ୍ୱରୂପ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଏକତ୍ୱବୋଧ କିପରି ହେଉଅଛି ? ଏହି ଯେ ସେହି ଏକ ପୁସ୍ତକ, ଏହି ବୋଧ କିପରି ହେଉଅଛି ? ଏହି ପରମାଣୁଗୁଡ଼ିକ ତାଳେ ତାଳେ ହେଉଅଛି; ତାଳେ ତାଳେ ସେମାନେ ମୋ ମନରେ ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରଭାବ ପ୍ରେରଣ କରୁଛନ୍ତି । ଯଦିଓ ସେମାନଙ୍କର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଅଂଶଗୁଡ଼ିକ ସଦା ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ, ତଥାପି ସେହିମାନେ ହିଁ ଏକତ୍ର ହୋଇ ଗୋଟିଏ ଅବିଚ୍ଛିନ୍ନ ଚିତ୍ରର ଜ୍ଞାନ ଉତ୍ପନ୍ନ କରୁଛନ୍ତି । ମନ ମଧ୍ୟ ଏହିପରି ସଦା ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ । ପଦାର୍ଥର ଦୁଇଟି ସ୍ତର ମନ ଓ ଶରୀର ବିଭିନ୍ନ ବେଗରେ ଗତିଶୀଳ । ତୁଳନାରେ ଗୋଟିଏ ମୃଦୁ ଓ ଅପରଟି ଦ୍ରୁତତର ବୋଲି ଅବଶ୍ୟ ଆମେ ଏହି ଦୁଇଟି ଗତି ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଅନାୟାସରେ ବୁଝିପାରୁ । ଯେପରି ଗୋଟିଏ ଟ୍ରେନ୍ ଚାଲୁଅଛି । ତା'ପରେ ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ଗାଡ଼ି ତା' ପାଖ ଦେଇ ଯାଉଅଛି । କିଛି ଦୂର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ଉଭୟଙ୍କର ଗତି ନିର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ପଦାର୍ଥର ପ୍ରୟୋଜନ । ନିଶ୍ଚଳ ବସ୍ତୁ ଗୋଟିଏ ଥିଲେ ହିଁ ଗତିକୁ ଅନୁଭବ କରାଯାଇପାରେ । ତେବେ ଯେତେବେଳେ ଦୁଇ ତିନୋଟି ବସ୍ତୁ ବିଭିନ୍ନ ଗତିବିଶିଷ୍ଟ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ପ୍ରଥମେ ଦ୍ରୁତଗତିଟିର, ପରିଶେଷରେ ମୃଦୁତର ଗତିଶୀଳ ବସ୍ତୁଟିର ଗତି ଅନୁଭବ କରିପାରୁ ।

---

* କୌଣସି କୌଣସି ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଏହିଠାରେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଗୋଟିଏ ସୂତ୍ର ଅଛି । ଏହି ସୂତ୍ରଟି ବୃତ୍ତିକାର ଭୋଜଦେବ ଗ୍ରହଣ କରି ନାହାନ୍ତି; କିନ୍ତୁ ବ୍ୟାସଭାଷ୍ୟରେ ଅଛି :

ନ ଚୈକଚିତ୍ତତନ୍ତ୍ରଂ ବସ୍ତୁ ତଦପ୍ରମାଣକଂ ତଦା କିଂ ସ୍ୟାତ୍ ॥

(ଦୃଶ୍ୟ) ବସ୍ତୁ ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ଚିତ୍ତର ଅଧୀନ ନୁହେଁ, କାରଣ ଯେବେ ସେହି ଚିତ୍ତର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷାଦି ପ୍ରମାଣର ଅବିଷୟ ହେବ, (ଯେତେବେଳେ ଏହି ଚିତ୍ତ ବିଷୟାନ୍ତରରେ ମଗ୍ନ ବା ସୁଷୁପ୍ତି ବା ସମାଧିରେ ଲୀନ ହେବ), ସେତେବେଳେ ଏ ବସ୍ତୁର କଣ ହେବ ?—ସେତେବେଳେ କଣ ତାହାର କୌଣସି ଅସ୍ତିତ୍ୱ ରହିବ ନାହିଁ ?

ମନ କିପରି ଅନୁଭବ କରିବ ? ତାହା ମଧ୍ୟ ନିୟତ ଗତିଶୀଳ । ସୁତରାଂ ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ବସ୍ତୁ ରହିବା ପ୍ରୟୋଜନ, ଯାହା ଅପେକ୍ଷାକୃତ ମୃଦୁ ଭାବେ ଗତିଶୀଳ ଓ ପରେ ତଦପେକ୍ଷା ମୃଦୁତର—ଏହିପରି ଯାଉ ଯାଉ ଏହାର କୌଣସି ସୀମା ମିଳିବ ନାହିଁ । ସୁତରାଂ ଯୁକ୍ତି ତୁମକୁ କୌଣସି ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ଅଟକିବାକୁ ବାଧ୍ୟ କରିବ । ଅପରିବର୍ତ୍ତନୀୟ କୌଣସି ବସ୍ତୁକୁ ଜାଣି ତୁମକୁ ଏହି ପର୍ଯ୍ୟାୟର ଶେଷ କରିବାକୁ ହିଁ ହେବ । ଏହି ଅଶେଷ ଗତି-ଶୃଙ୍ଖଳର ପଶ୍ଚାତ୍‌ରେ ଅପରିଣାମୀ, ଅସଙ୍ଗ, ଶୁଦ୍ଧସ୍ୱରୂପ ପୁରୁଷ ରହିଛନ୍ତି । ଯେପରି ମ୍ୟାଜିକ୍ ଲଣ୍ଠନର ଆଲୋକ ଆସି ସ୍ଥିର ବସ୍ତୁ ଖଣ୍ଡ ଉପରେ ପ୍ରତିଫଳିତ ହୋଇ ସେଥିରେ ନାନା ବର୍ଣ୍ଣର ଚିତ୍ର ଉତ୍ପନ୍ନ କରେ ଅଥଚ କୌଣସି ପ୍ରକାରେ ଏହାକୁ ମଳିନ ବା ରଞ୍ଜିତ କରେ ନାହିଁ, ଠିକ୍ ସେହି ଭାବରେ ହିଁ ଏହିସବୁ ସଂସ୍କାର ସ୍ଥିରପୁରୁଷଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରତିଫଳିତ ହେଉଅଛି ମାତ୍ର ।

ନ ତତ୍ ସ୍ୱାଭାସଂ ଦୃଶ୍ୟତ୍ୱାତ୍ ॥୧୮॥

—ମନ ଦୃଶ୍ୟ (ପଦାର୍ଥ) ବୋଲି ସ୍ୱୟଂପ୍ରକାଶ ନୁହେଁ ।

ପ୍ରକୃତିର ସର୍ବତ୍ର ହିଁ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଶକ୍ତିର ବିକାଶ ଦେଖାଯାଏ; କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତି ସ୍ୱପ୍ରକାଶିତ ନୁହନ୍ତି, ସ୍ୱଭାବତଃ ଚୈତନ୍ୟସ୍ୱରୂପ ନୁହନ୍ତି । କେବଳ ପୁରୁଷ ହିଁ ସ୍ୱପ୍ରକାଶିତ, ତାଙ୍କ ଜ୍ୟୋତିରେ ହିଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବସ୍ତୁ ଉଦ୍ଭାସିତ ହେଉଅଛି । ତାଙ୍କର ଶକ୍ତି ହିଁ ଜଡ଼ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ଦେଇ ସଞ୍ଚାରିତ ହେଉଅଛି ।

ଏକସମୟେ ଚୋଭୟାନବଧାରଣମ୍ ॥୧୯॥

—ଏକ ସମୟରେ ଦୁଇଟି ବସ୍ତୁକୁ ବୁଝିପାରେ ନାହିଁ ବୋଲି ମନ ସ୍ୱପ୍ରକାଶ ନୁହେଁ ।

ମନ ଯଦି ସ୍ୱପ୍ରକାଶ ହୁଅନ୍ତା, ତେବେ ଏକ ସମୟରେ ହିଁ ତାହା ନିଜକୁ ଓ ତାହାର ପ୍ରକାଶ୍ୟ ବସ୍ତୁଗୁଡ଼ିକୁ ଅନୁଭବ କରିପାରନ୍ତା; ମନ କିନ୍ତୁ ତାହା ପାରେ ନାହିଁ । ଯଦି ଗୋଟିଏ ବସ୍ତୁ ପ୍ରତି ଗଭୀର ମନୋଯୋଗ ପ୍ରଦାନ କର, ତେବେ ଆଉ ଅନ୍ୟ ବସ୍ତୁରେ ମନ ଏକ ସମୟରେ ନିଜକୁ ଓ ବିଷୟକୁ ଅନୁଭବ କରିପାରେ ନାହିଁ ବୋଲି ତାହା ସ୍ୱପ୍ରକାଶ ନୁହେଁ, ପୁରୁଷ ହିଁ ସ୍ୱପ୍ରକାଶ ।

ଚିତ୍ତାନ୍ତରଦୃଶ୍ୟତ୍ୱେ ବୁଦ୍ଧି-ବୁଦ୍ଧେରତିପ୍ରସଙ୍ଗଃ ସ୍ମୃତିସଙ୍କରଶ୍ଚ ॥୨୦॥

—ଯଦି କଳ୍ପନା କରାଯାଏ ଯେ, ଅନ୍ୟ ଏକ ଚିତ୍ତ ଏହି ଚିତ୍ତକୁ ପ୍ରକାଶ କରେ, ତେବେ ଏପରି କଳ୍ପନାର ଅନ୍ତ ରହିବ ନାହିଁ ଏବଂ ସ୍ମୃତି ଗୋଳମାଳ ହୋଇଯିବ ।

ମନେକର ଆଉ ଗୋଟିଏ ମନ ରହିଅଛି, ତାହା ଏହି ସାଧାରଣ ମନଟିକୁ ଅନୁଭବ କରୁଅଛି, ତାହାହେଲେ ପୁଣି ଏପରି ଗୋଟିଏ ମନ ଆବଶ୍ୟକ, ଯାହା ପୁଣି ଏହି ମନଟିକୁ ଅନୁଭବ କରିବ, ସୁତରାଂ କେଉଁଠି ହେଲେ ଏହାର ଶେଷ ମିଳିବ ନାହିଁ । ଏଥିରେ ସ୍ମୃତିର ମଧ୍ୟ ଗୋଳମାଳ ଉପସ୍ଥିତ ହେବ, କାରଣ ସ୍ମୃତିର କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଭଣ୍ଡାର ରହିବ ନାହିଁ ।

ଚିତ୍ତେରପ୍ରତିସଂକ୍ରମାୟାସ୍ତଦାକାରାପତ୍ତୌ ସ୍ୱବୁଦ୍ଧି ସମ୍ବେଦନମ୍ ॥୨୧॥

—ଚିତ୍ତ (ପୁରୁଷଙ୍କ ଶକ୍ତି) ଅପରିଣାମୀ (ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୁଏ ନାହିଁ, ଅନ୍ୟ ଦିଗକୁ ସଞ୍ଚାରିତ ହୁଏ ନାହିଁ); ଯେତେବେଳେ ମନ ଚିତ୍ତ-ଶକ୍ତିର ଆକାର ଗ୍ରହଣ କରେ, ସେତେବେଳେ ହିଁ ଏହା ଜ୍ଞାନମୟ ହୁଏ ।

ଜ୍ଞାନ ପୁରୁଷଙ୍କ ଗୁଣ ନୁହେଁ, ଏହା ସ୍ପଷ୍ଟତର ଭାବରେ ବୁଝାଇବା ପାଇଁ ପତଞ୍ଜଳି ଏହି କଥା କହିଲେ । ମନ ଯେତେବେଳେ ପୁରୁଷଙ୍କ ନିକଟକୁ ଆସେ, ସେତେବେଳେ ଯେପରି

ପୁରୁଷ ମନ ଉପରେ ପ୍ରତିଫଳିତ ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ମନ ସାମୟିକ-ଭାବେ ଜ୍ଞାନବାନ୍ ହୁଏ ଓ ବୋଧହୁଏ ଯେପରି ମନ ହିଁ ପୁରୁଷ ।

ଦ୍ରଷ୍ଟୃ-ଦୃଶ୍ୟୋପରକ୍ତଂ ଚିତ୍ତଂ ସର୍ବାର୍ଥମ୍ ॥୨୨॥

—ମନ ଯେତେବେଳେ ଦ୍ରଷ୍ଟା ଓ ଦୃଶ୍ୟ ଉଭୟଦ୍ୱାରା ଉପରକ୍ତ (ରଞ୍ଜିତ) ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ତାହା ସର୍ବପ୍ରକାର ଅର୍ଥକୁ ହିଁ ପ୍ରକାଶ କରେ ।

ଏକ ଦିଗରେ ଦୃଶ୍ୟ ଅର୍ଥାତ୍ ବାହ୍ୟ ଜଗତ ମନ ଉପରେ ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ ହେଉଅଛି, ଅନ୍ୟ ଦିଗରେ ଦ୍ରଷ୍ଟା ଅର୍ଥାତ୍ ପୁରୁଷ ତାହା ଉପରେ ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ ହେଉଛନ୍ତି; ଏହି ଭାବରେ ହିଁ ମନର ସର୍ବପ୍ରକାର ଜ୍ଞାନଲାଭର ଶକ୍ତି ଆସେ ।

ତଦସଂଖ୍ୟେୟବାସନାଭିଶ୍ଚିତ୍ରମପି ପରାର୍ଥଂ ସଂହତ୍ୟକାରିତ୍ୱାତ୍ ॥୨୩॥

—ସେହି ମନ ଅସଂଖ୍ୟ ବାସନାଦ୍ୱାରା ଚିତ୍ରିତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ସଂହତ ପଦାର୍ଥ ବୋଲି ଅନ୍ୟର ଅର୍ଥାତ୍ ପୁରୁଷଙ୍କ ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ ।

ମନ ନାନାପ୍ରକାର ପଦାର୍ଥର ସଂହତି; ସୁତରାଂ ତାହା ନିଜ ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଏ ଜଗତରେ ଯେତେ ସଂହତ ପଦାର୍ଥ ଅଛି, ସମସ୍ତଙ୍କର ପ୍ରୟୋଜନ ଅପର ବସ୍ତୁରେ--ଏପରି କୌଣସି ତୃତୀୟ ବସ୍ତୁରେ, ଯାହା ପାଇଁ ସେହି ପଦାର୍ଥ ଏହିପରି ସଂଯୁକ୍ତ ହୋଇଅଛି । ସୁତରାଂ ନାନାପ୍ରକାର ବସ୍ତୁର ସଂଯୋଗରେ ଉତ୍ପନ୍ନ ମନ ମଧ୍ୟ ପୁରୁଷଙ୍କ ପାଇଁ ।

ବିଶେଷଦର୍ଶିନ ଆତ୍ମଭାବ-ଭାବନା-ବିନିବୃତ୍ତିଃ ॥୨୪॥

—ବିଶେଷଦର୍ଶୀ ଅର୍ଥାତ୍ ବିବେକୀ ପୁରୁଷଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ମନରେ ଆତ୍ମଭାବ ନିବୃତ୍ତ ହୋଇଯାଏ ।

ବିବେକ ବଳରେ ଯୋଗୀ ଜାଣିପାରନ୍ତି, ପୁରୁଷ ମନ ନୁହନ୍ତି ।

ତଦା ବିବେକନିମ୍ନଂ କୈବଲ୍ୟପ୍ରାଗଭାବଂ* ଚିତ୍ତମ୍ ॥୨୫॥

—ସେତେବେଳେ ଚିତ୍ତ ବିବେକପ୍ରବଣ ହୋଇ କୈବଲ୍ୟର ପୂର୍ବାବସ୍ଥା ଲାଭ କରେ ।

ଏହିପରି ଯୋଗଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ବିବେକ-ଶକ୍ତି-ରୂପକ ଦୃଷ୍ଟିର ଶୁଦ୍ଧତା ଆମର ଲାଭ ହୋଇଥାଏ । ଆମମାନଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟିର ଆବରଣ ଅପସରି ଯାଏ, ଆମେ ସେତେବେଳେ ବସ୍ତୁର ସ୍ୱରୂପ ଉପଲବ୍ଧି କରିପାରୁ । ଆମେ ବୁଝିପାରୁ ଯେ, ପ୍ରକୃତି ଗୋଟିଏ ମିଶ୍ର ପଦାର୍ଥ, ତାହା ସାକ୍ଷୀସ୍ୱରୂପ ପୁରୁଷଙ୍କ ପାଇଁ ଏହି ସକଳ ବିଚିତ୍ର ଦୃଶ୍ୟ ଦେଖାଉଅଛି । ଆମେମାନେ ସେତେବେଳେ ବୁଝିପାରୁ ପ୍ରକୃତି ଜଗତର ପ୍ରଭୁ ନୁହେଁ । ଏହି ପ୍ରକୃତିର ସମସ୍ତ ସଂହତି କେବଳ ଆମମାନଙ୍କ ହୃଦୟ-ସିଂହାସନରେ ସମାସୀନ ରାଜା ପୁରୁଷଙ୍କୁ ଏହିସବୁ ଦୃଶ୍ୟ ଦେଖାଇବା ନିମିତ୍ତ । ଯେତେବେଳେ ଦୀର୍ଘକାଳ ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ବିବେକର ଉଦୟ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଭୟ ଚାଲିଯାଏ ଓ କୈବଲ୍ୟପ୍ରାପ୍ତି ହୁଏ ।

ତଚ୍ଛିଦ୍ରେଷୁପ୍ରତ୍ୟୟାନ୍ତରାଣି ସଂସ୍କାରେଭ୍ୟଃ ॥ ୨୬॥

—ତାହାର ବିଘ୍ନରୂପେ ମଧ୍ୟେ ମଧ୍ୟେ ଯେଉଁସବୁ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଚିନ୍ତା ମନରେ ଜାଗ୍ରତ ହୁଏ, ସେଗୁଡ଼ିକ ସଂସ୍କାରରୁ ହିଁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ।

* ପାଠାନ୍ତର—କୈବଲ୍ୟପ୍ରାଗଭାରଂ ।—ସେତେବେଳେ ଅର୍ଥ ହେବ, ମନରେ ବିବେକଜ୍ଞାନ ଗଭୀର ହୁଏ ଏବଂ ତାହା କୈବଲ୍ୟ ଅଭିମୁଖେ ଧାବିତ ହୁଏ ।

ମୋତେ ସୁଖୀ କରିବା ପାଇଁ କୌଣସି ବାହାର ବସ୍ତୁ ଆବଶ୍ୟକ—ଏହିପରି ବିଶ୍ୱାସ ଆମମାନଙ୍କର ଯେଉଁ ସକଳ ଭାବରୁ ଆସେ, ସେଗୁଡ଼ିକ ସିଦ୍ଧିଲାଭର ପ୍ରତିବନ୍ଧକ । ପୁରୁଷ ସ୍ୱଭାବତଃ ସୁଖ ଓ ଆନନ୍ଦସ୍ୱରୂପ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଜ୍ଞାନ ପୂର୍ବ-ସଂସ୍କାର ହେତୁ ଆବୃତ ହୋଇଅଛି । ଏହି ସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକର କ୍ଷୟ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ହାନମେଷାଂ କ୍ଲେଶବଦୁକ୍ତମ୍ ॥ ୨୭॥

—(ଅବିଦ୍ୟା, ଅସ୍ମିତା ପ୍ରଭୃତି) କ୍ଲେଶଗୁଡ଼ିକୁ ଯେଉଁ ଉପାୟଦ୍ୱାରା ଧ୍ୱଂସ କରିବା କଥା କୁହାଯାଇଛି (୨।୧୦), ଏଗୁଡ଼ିକୁ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ସେହି ଉପାୟରେ ହିଁ ନାଶ କରିବାକୁ ହେବ ।

ପ୍ରସଂଖ୍ୟାନେଽପ୍ୟକୁସୀଦସ୍ୟ ସର୍ବଥା ବିବେକଖ୍ୟାତେର୍ଧର୍ମମେଘଃ ସମାଧିଃ ॥୨୮॥

—ତତ୍ତ୍ୱ ସମୂହର ବିବେକଜ୍ଞାନଲାଭର ଠିକ୍ ପୂର୍ବେ ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟରୂପକ ଫଳ ମଧ୍ୟ ଯିଏ ତ୍ୟାଗ କରନ୍ତି, ବିବେକଜ୍ଞାନ ଫଳରେ ତାଙ୍କର ଧର୍ମ-ମେଘ ନାମକ ସମାଧି ଲାଭ ହୋଇଥାଏ ।

ଯେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ବିବେକଜ୍ଞାନ ଲାଭ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ପୂର୍ବ ଅଧ୍ୟାୟ କଥିତ ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଆସିବ; କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତ ଯୋଗୀ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରିଥାଆନ୍ତି । ସେତେବେଳେ ସେ ଏକ ବିଶେଷ ଆଲୋକ ଦେଖିବାକୁ ପାଆନ୍ତି—ସେ ଧର୍ମମେଘନାମକ ଏକ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଜ୍ଞାନର ଅଧିକାରୀ ହୁଅନ୍ତି । ଇତିହାସ ଯେଉଁ ସକଳ ଧର୍ମଗୁରୁଙ୍କ କଥା ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଅଛି, ସେମାନେ ସମସ୍ତେ ଏହି ଧର୍ମମେଘ ସମାଧି ଲାଭ କରିଥିଲେ । ସେମାନେ ନିଜ ନିଜ ମଧ୍ୟରେ ହିଁ ଜ୍ଞାନର ବିଶାଳ ଭିତ୍ତି ଅନୁସନ୍ଧାନ କରି ପାଇଥିଲେ । ସତ୍ୟ ସେମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ବାସ୍ତବରୂପେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥିଲା । ପୂର୍ବୋକ୍ତ ଶକ୍ତିସମୂହର ଅଭିମାନ ତ୍ୟାଗ ହେତୁ ଶାନ୍ତି, ବିନୟ ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପବିତ୍ରତା ସେମାନଙ୍କର ସ୍ୱଭାବଗତ ହୋଇଯାଇଥିଲା ।

ତତଃ କ୍ଲେଶକର୍ମନିବୃତ୍ତିଃ ॥୨୯॥

—ସେଥିରୁ କ୍ଲେଶ ଓ କର୍ମର ନିବୃତ୍ତି ହୁଏ ।

ଯେତେବେଳେ ଏହି ଧର୍ମମେଘ-ସମାଧି ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଆଉ ପତନର ଆଶଙ୍କା ନାହିଁ, କିଛି ହେଲେ ଆଉ ତାହାଙ୍କୁ ନିମ୍ନ ଦିଗକୁ ଟାଣି ନେଇ ଯାଇପାରେ ନାହିଁ, ଆଉ ତାଙ୍କର କୌଣସି ଦୁଃଖ କଷ୍ଟ ରହେ ନାହିଁ ।

ତଦା ସର୍ବାବରଣମଳାପେତସ୍ୟ ଜ୍ଞାନସ୍ୟାନନ୍ତ୍ୟାଜ୍ଜ୍ଞେୟମଳ୍ପମ୍ ॥୩୦॥

—ସେତେବେଳେ ସର୍ବପ୍ରକାର ଆବରଣ ଓ ଅଶୁଦ୍ଧି-ଶୂନ୍ୟ ହେବାରୁ ଜ୍ଞାନ ଅନନ୍ତ ହୋଇଯାଏ, ସୁତରାଂ ଜ୍ଞେୟ ମଧ୍ୟ ଅଳ୍ପ ହୋଇଯାଏ ।

ଜ୍ଞାନ ତ ଭିତରେ ହିଁ ରହିଅଛି, ତାହାର ଆବରଣ ଅପସାରିତ ହୋଇଯାଇଛି । କୌଣସି ବୌଦ୍ଧଶାସ୍ତ୍ର 'ବୁଦ୍ଧ' (ଏହା ଗୋଟିଏ ଅବସ୍ଥାର ସୂଚକ) ଶବ୍ଦର ଲକ୍ଷଣ କରିଛନ୍ତି-ଅନନ୍ତ ଆକାଶ ସମ ଅନନ୍ତ ଜ୍ଞାନ । ଯୀଶୁ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରି 'ଖ୍ରୀଷ୍ଟ' ହୋଇଛନ୍ତି । ତୁମେ ସମସ୍ତେ ହିଁ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଲାଭ କରିବ । ସେତେବେଳେ ଜ୍ଞାନ ଅନନ୍ତ ହୋଇଯିବ, ସୁତରାଂ ଜ୍ଞେୟ ଅଳ୍ପ ହୋଇଯିବ । ସର୍ବପ୍ରକାର ଜ୍ଞେୟ ବସ୍ତୁ-ସମନ୍ୱିତ ସମଗ୍ର ଜଗତ ପୁରୁଷଙ୍କ ନିକଟରେ ଯେପରି ଶୂନ୍ୟରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ସାଧାରଣ ମନୁଷ୍ୟ ନିଜକୁ ଅତି କ୍ଷୁଦ୍ର ମନେକରେ, କାରଣ ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ଜ୍ଞେୟ ବସ୍ତୁ ଅନନ୍ତ ବୋଲି ବୋଧହୁଏ ।

ତତଃ କୃତାର୍ଥାନାଂ ପରିଣାମକ୍ରମସମାପ୍ତିର୍ଗୁଣାନାମ୍ ॥୩୧॥

—ଯେତେବେଳେ ଗୁଣଗୁଡ଼ିକର କାର୍ଯ୍ୟ ଶେଷ ହୋଇଯାଏ, ସେତେବେଳେ ଗୁଣଗୁଡ଼ିକର

ଯେଉଁ କ୍ରମପରିଣାମ ତାହା ମଧ୍ୟ ଶେଷ ହୋଇଯାଏ ।

ସେତେବେଳେ ଗୁଣଗୁଡ଼ିକର ଏହିସବୁ ବିବିଧ ପରିଣାମ—ଏକ ଜାତିରୁ ଅନ୍ୟ ଜାତିରେ ପରିଣତ—ସବୁ ଏକାବେଳକେ ଶେଷ ହୋଇଯାଏ ।

କ୍ଷଣପ୍ରତିଯୋଗୀ ପରିଣାମାପରାନ୍ତନିର୍ଗ୍ରାହ୍ୟଃ କ୍ରମଃ ।।୩୨।।

—ଯେଉଁ ପରିଣାମ କ୍ଷଣ ଅର୍ଥାତ୍ ମୁହୂର୍ତ୍ତସମ୍ବନ୍ଧ ନେଇ ଅବସ୍ଥିତ ଓ ଯାହାକୁ ଗୋଟିଏ ଶ୍ରେଣୀର ଅପର ପ୍ରାନ୍ତରେ (ଶେଷରେ)ପହଞ୍ଚି ବୁଝିହୁଏ, ତାହାର ନାମ କ୍ରମ ।

ପତଞ୍ଜଳି ଏଠାରେ 'କ୍ରମ' ଶବ୍ଦର ସଂଜ୍ଞା ଦେଉଛନ୍ତି । ଯେଉଁ ପରିଣାମଗୁଡ଼ିକ ମୁହୂର୍ତ୍ତକାଳ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ସମ୍ବନ୍ଧଶୀଳ—'କ୍ରମ' ଶବ୍ଦ ଦ୍ୱାରା ସେଗୁଡ଼ିକୁ ବୁଝାଉଛି । ମୁଁ ଚିନ୍ତା କରୁଛି, ଏହା ମଧ୍ୟରେ କେତେ ମୁହୂର୍ତ୍ତ ଅତିବାହିତ ହେଲା । ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ହିଁ ଭାବର ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେଉଅଛି; କିନ୍ତୁ ଆମେ ଏ ପରିଣାମଗୁଡ଼ିକୁ ଗୋଟିଏ ଶ୍ରେଣୀର ଶେଷରେ (ଅର୍ଥାତ୍ ଅନେକ ପରିଣାମ-ଶ୍ରେଣୀ ପରେ) ଜାଣିପାରୁ । ଏହାକୁ 'କ୍ରମ' କହନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ମନ ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ହୋଇଯାଇଛି, ତା' ପକ୍ଷରେ ଆଉ 'କ୍ରମ' ନାହିଁ । ତା' ପକ୍ଷରେ ସବୁ ହିଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ହୋଇଯାଇଛି । କେବଳ ଏହି ବର୍ତ୍ତମାନ ହିଁ ତା' ନିକଟରେ ଉପସ୍ଥିତ ଅଛି, ଭୂତ ଓ ଭବିଷ୍ୟତ ତା' ଜ୍ଞାନରୁ ଏକାବେଳକେ ଚାଲିଯାଇଛି । ସେତେବେଳେ କାଳକୁ ସେ ମନ ଜୟ କରେ, ଆଉ ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନ ହିଁ ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ମୁହୂର୍ତ୍ତକ ମଧ୍ୟରେ ଉଦ୍ଭାସିତ ହୁଏ । ସବୁ ହିଁ ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ବିଦ୍ୟୁତ୍‌ସମ ଏକ ଝଲକରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ ।

ପୁରୁଷାର୍ଥଶୂନ୍ୟାନାଂ ଗୁଣାନାଂ ପ୍ରତିପ୍ରସବଃ କୈବଲ୍ୟଂ
ସ୍ୱରୂପପ୍ରତିଷ୍ଠା ବା ଚିତିଶକ୍ତେରିତି ।।୩୩।।

ଗୁଣଗୁଡ଼ିକରେ ଯେତେବେଳେ ପୁରୁଷଙ୍କର ଆଉ କୌଣସି ପ୍ରୟୋଜନ ରହେ ନାହିଁ, ସେତେବେଳେ ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରତିଲୋମ-କ୍ରମରେ ଲୟକୁ 'କୈବଲ୍ୟ' କହନ୍ତି, ଅଥବା ତାହାକୁ ଚିତ୍‌ଶକ୍ତିର (ଚୈତନ୍ୟଶକ୍ତିର) ସ୍ୱରୂପପ୍ରତିଷ୍ଠା କୁହାଯାଏ ।

ପ୍ରକୃତିର କାର୍ଯ୍ୟ ଶେଷ ହେଲା । ଆମର ପରମ କଲ୍ୟାଣମୟୀ ଧାତ୍ରୀ ପ୍ରକୃତି ଇଚ୍ଛା କରି ଯେଉଁ ନିଃସ୍ୱାର୍ଥ କାର୍ଯ୍ୟ ନିଜ ଉପରେ ନେଇଥିଲେ, ତାହା ଶେଷ ହେଲା । ସେ ଯେପରି ଆତ୍ମବିସ୍ମୃତ ଜୀବାତ୍ମାର ହାତ ଧରି ତାହାଙ୍କୁ ଜଗତରେ ଯେତେ ପ୍ରକାର ଭୋଗ ଅଛି, ଧୀରେ ଧୀରେ ସବୁ ଭୋଗ କରାଇଲେ; ଯେତେ ପ୍ରକାର ପ୍ରକୃତିର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି, ବିକାର ଅଛି, ସବୁ ଦେଖାଇଲେ । କ୍ରମଶଃ ତାହାଙ୍କୁ ନାନାବିଧ ଶରୀର ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଉଚ୍ଚରୁ ଉଚ୍ଚତର ସୋପାନକୁ ନେଇଯିବାକୁ ଲାଗିଲେ, ଶେଷରେ ଆତ୍ମା ନିଜ ଦୃଢ଼ ମହିମା ଫେରି ପାଇଲେ, ନିଜ ସ୍ୱରୂପ ପୁନରାୟ ତାଙ୍କ ସ୍ମୃତିପଥରେ ଉଦିତ ହେଲା । ସେତେବେଳେ ସେହି କରୁଣାମୟୀ ଜନନୀ ଯେଉଁ ପଥରେ ଆସିଥିଲେ ସେହି ପଥରେ ହିଁ ଫେରିଗଲେ ଏବଂ ଯେଉଁମାନେ ଏହି ପଦଚିହ୍ନହୀନ ଜୀବନର ମରୁରେ ପଥ ହରାଇଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ପୁଣି ପଥ ଦେଖାଇବା ପାଇଁ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେଲେ । ଏହି ଭାବରେ ସେ ଅନାଦି ଅନନ୍ତ କାଳ କାର୍ଯ୍ୟ କରି ଚାଲିଛନ୍ତି । ଏହିପରି ସୁଖ-ଦୁଃଖ ମଧ୍ୟ ଦେଇ, ଭଲ-ମନ୍ଦ ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଜୀବାତ୍ମାଗଣ ଅନନ୍ତ ସ୍ରୋତରେ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇ ସିଦ୍ଧି ଓ ଆତ୍ମସାକ୍ଷାତ୍‌କାରସ୍ୱରୂପ ସମୁଦ୍ର ଆଡ଼କୁ ଚାଲିଛନ୍ତି ।

ଯେଉଁମାନେ ନିଜ ନିଜର ସ୍ୱରୂପ ଉପଲବ୍ଧି କରିଅଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ଜୟ ହେଉ ! ସେମାନେ ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଆଶୀର୍ବାଦ କରନ୍ତୁ !

ପରିଶିଷ୍ଟ

ଯୋଗବିଷୟରେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଶାସ୍ତ୍ରର ମତ

୧. ଶ୍ୱେତାଶ୍ୱତର ଉପନିଷଦ୍

ଦ୍ୱିତୀୟ ଅଧ୍ୟାୟ

ଅଗ୍ନିର୍ଯତ୍ରାଭିମଥ୍ୟତେ ବାୟୁର୍ଯତ୍ରାଧିରୁଧ୍ୟତେ ।
ସୋମ ଯତ୍ରାତିରିଚ୍ୟତେ ତତ୍ର ସଞ୍ଜାୟତେ ମନଃ ॥୬॥

ଅର୍ଥ—ଯେଉଁଠାରେ ଅଗ୍ନିକୁ ମନ୍ଥନ କରାଯାଏ, ଯେଉଁଠାରେ ବାୟୁକୁ ରୋଧ କରାହୁଏ ଓ ଯେଉଁଠାରେ ଅପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ସୋମରସ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ, ସେଠାରେ (ସିଦ୍ଧ) ମନର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଥାଏ ।

ତ୍ରିରୁନ୍ନତଂ ସ୍ଥାପ୍ୟ ସମଂ ଶରୀରଂ ହୃଦୀନ୍ଦ୍ରିୟାଣି ମନସା ସନ୍ନିବେଶ୍ୟ ।
ବ୍ରହ୍ମୋଡୁପେନ ପ୍ରତରେତ ବିଦ୍ୱାନ୍ ସ୍ରୋତାଂସି ସର୍ବାଣି ଭୟାବହାନି ॥୮॥

ଅର୍ଥ—ବକ୍ଷଃ, ଗ୍ରୀବା ଓ ଶିରୋଦେଶ ଉନ୍ନତ ଭାବରେ ରଖି, ଶରୀରକୁ ସମଭାବରେ ଧାରଣ କରି, ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କୁ ମନରେ ସ୍ଥାପନ କରି ଜ୍ଞାନୀ ବ୍ୟକ୍ତି ବ୍ରହ୍ମରୂପକ ଭେଳାଦ୍ୱାରା ସମୁଦାୟ ଭୟାବହ ସ୍ରୋତ ପାର ହୋଇଯାଆନ୍ତି ।

ପ୍ରାଣାନ୍ ପ୍ରପୀଡ୍ୟେହ ସଂଯୁକ୍ତଚେଷ୍ଟଃ କ୍ଷୀଣେ ପ୍ରାଣେ ନାସିକୟୋଚ୍ଛ୍ୱସୀତ ।
ଦୁଷ୍ଟାଶ୍ୱଯୁକ୍ତମିବ ବାହମେନଂ ବିଦ୍ୱାନ୍ ମନୋ ଧାରୟେତାପ୍ରମତ୍ତଃ ॥୯॥

ଅର୍ଥ—ସଂଯୁକ୍ତଚେଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରାଣକୁ ସଂଯମ କରନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ତାହା ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଏ, ସେତେବେଳେ ନାସିକାଦ୍ୱାରା ପ୍ରଶ୍ୱାସ ପରିତ୍ୟାଗ କରନ୍ତି । ଯେପରି ସାରଥି ଚଞ୍ଚଳ ଅଶ୍ୱମାନଙ୍କୁ ଧାରଣ କରନ୍ତି, ଅଧ୍ୟବସାୟଶୀଳ ଯୋଗୀ ମଧ୍ୟ ମନକୁ ସେହିପରି ଧାରଣ କରିବେ ।

ସମେ ଶୁଚୌ ଶର୍କରାବହ୍ନି ବାଲୁକାବିବର୍ଜିତେ ଶବ୍ଦଜଳାଶ୍ରୟାଦିଭିଃ ।
ମନୋଽନୁକୂଲେ ନ ତୁ ଚକ୍ଷୁଃପୀଡ଼ନେ ଗୁହାନିବାତାଶ୍ରୟଣେ
ପ୍ରୟୋଜୟେତ୍ ॥୧୦॥

ଅର୍ଥ—ସମତଳ, ଶୁଚି, ପ୍ରସ୍ତର, ଅଗ୍ନି ଓ ବାଲୁକାଶୂନ୍ୟ, ମନୁଷ୍ୟକୃତ ଅଥବା କୌଣସି ଜଳପ୍ରପାତଜନିତ ମନଶ୍ଚାଞ୍ଚଲ୍ୟକର ଶବ୍ଦ ଶୂନ୍ୟ, ମନର ଅନୁକୂଳ, ଚକ୍ଷୁଃପ୍ରୀତିକର, ପର୍ବତଗୁହା ନିର୍ଜନ ସ୍ଥାନରେ ରହି ଯୋଗ ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ହେବ ।

ନୀହାରଧୂମାର୍କାନିଳାନଳାନାଂ ଖଦ୍ୟୋତବିଦ୍ୟୁତ୍‌ସ୍ଫଟିକଶଶିନାମ୍ ।
ଏତାନି ରୂପାଣି ପୁରଃସରାଣି ବ୍ରହ୍ମଣ୍ୟଭିବ୍ୟକ୍ତିକରାଣି ଯୋଗେ ॥୧୧॥

ଅର୍ଥ—ନୀହାର, ଧୂମ, ସୂର୍ଯ୍ୟ, ବାୟୁ, ଅଗ୍ନି, ଖଦ୍ୟୋତ୍, ବିଦ୍ୟୁତ୍, ସ୍ଫଟିକ, ଚନ୍ଦ୍ର-ଏହି ରୂପଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ମୁଖକୁ ଆସି କ୍ରମଶଃ ଯୋଗ ମାଧ୍ୟମରେ ବ୍ରହ୍ମକୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରନ୍ତି ।

ପୃଥ୍ୱ୍ୟପ୍‌ତେଜୋଽନିଲଖେ ସମୁତ୍ଥିତେ ପଞ୍ଚାତ୍ମକେ ଯୋଗଗୁଣେ ପ୍ରବୃତ୍ତେ ।
ନ ତସ୍ୟ ରୋଗୋନ ଜରା ନ ମୃତ୍ୟୁଃ ପ୍ରାପ୍ତସ୍ୟ ଯୋଗାଗ୍ନି ମୟଂ ଶରୀରମ୍ ॥୧୨॥

ଅର୍ଥ—ଯେତେବେଳେ ପୃଥିବୀ, ଜଳ, ତେଜଃ, ବାୟୁ ଓ ଆକାଶ ଏହି ପଞ୍ଚଭୂତରୁ ଯୌଗିକ ଅନୁଭୂତି ସମୁଦିତ ହୋଇଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଯୋଗ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି, ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ଯେ ଏହି ପ୍ରକାର ଯୋଗାଗ୍ନିମୟ ଶରୀର ପାଇଛନ୍ତି, ତାଙ୍କର ଆଉ ବ୍ୟାଧି, ଜରା ବା ମୃତ୍ୟୁ ନ ଥାଏ ।

ଲଘୁତ୍ୱମାରୋଗ୍ୟମଲୋଲୁପତ୍ୱଂ ବର୍ଣ୍ଣପ୍ରସାଦଃ ସ୍ୱରସୌଷ୍ଠବଞ୍ଚ ।
ଗନ୍ଧଃ ଶୁଭୋ ମୂତ୍ରପୁରୀଷମଳ୍ପଂ ଯୋଗପ୍ରବୃତ୍ତିଂ ପ୍ରଥମାଂ ବଦନ୍ତି ॥୧୩॥

ଅର୍ଥ—ଶରୀରର ଲଘୁତା, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ଲୋଭଶୂନ୍ୟତା, ସୁନ୍ଦର ବର୍ଣ୍ଣ, ସ୍ୱର-ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ, ମୂତ୍ରପୁରୀଷର ଅଳ୍ପତା ଓ ଶରୀରରେ ଏକ ସୁନ୍ଦର ସୁଗନ୍ଧ—ଯୋଗାରମ୍ଭ ହେଲେ ଯୋଗୀଙ୍କର ଏହି ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରକାଶ ପାଏ ।

ଯଥୈବ ବିମ୍ବଂ ମୃଦୟୋପଲିପ୍ତଂ ତେଜୋମୟଂ ଭ୍ରାଜତେ ତତ୍ ସୁଧାନ୍ତମ୍ ।
ତଦ୍ୱାତ୍ମତତ୍ତ୍ୱଂ ପ୍ରସମୀକ୍ଷ୍ୟ ଦେହୀ ଏକଃ କୃତାର୍ଥୋ ଭବତେ
ବୀତଶୋକଃ ॥୧୪॥

ଅର୍ଥ—ଯେପରି ସୁବର୍ଣ୍ଣ ଓ ରଜତ ପ୍ରଥମେ ମୃତ୍ତିକାଦିଦ୍ୱାରା ଲିପ୍ତ ଥାଆନ୍ତି, ପରିଶେଷରେ ଉତ୍ତମରୂପେ ଧୌତ ହୋଇ ତେଜୋମୟ ହୋଇ ପ୍ରକାଶ ପାଆନ୍ତି, ସେହି ପ୍ରକାରରେ ଦେହୀ ଆତ୍ମତତ୍ତ୍ୱ ଦର୍ଶନ କରି ଏକସ୍ୱରୂପ, କୃତାର୍ଥ ଓ ଦୁଃଖବିମୁକ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ।

୨.ଶଙ୍କର–ଉଦ୍ଧୃତ ଯାଜ୍ଞବଲ୍କ୍ୟ

ଆସନାନି ସମଭ୍ୟସ୍ୟ ବାଞ୍ଛିତାନି ଯଥାବିଧି ।
ପ୍ରାଣାୟାମଂ ତତୋ ଗାର୍ଗି ଜିତାସନଗତୋଽଭ୍ୟସେତ୍ ॥
ମୃଦ୍ୱାସନେ କୁଶାନ୍ ସମ୍ୟଗାସ୍ତୀର୍ଯ୍ୟାଜିନମେବ ଚ ।
ଲମ୍ବୋଦରଂ ଚ ସଂପୂଜ୍ୟ ଫଳମୋଦକଭକ୍ଷଣୈଃ ॥
ତଦାସନେ ସୁଖାସୀନଃ ସବ୍ୟେ ନ୍ୟସ୍ୟେତରଂ କରମ୍ ।
ସମଗ୍ରୀବଶିରାଃ ସମ୍ୟକ୍ ସଂବୃତାସ୍ୟଃ ସୁନିଶ୍ଚଳଃ ॥
ପ୍ରାଙ୍ ମୁଖୋଦଙ୍ମୁଖୋ ବାଽପି ନାସାଗ୍ରନ୍ୟସ୍ତଲୋଚନଃ ।
ଅତିଭୁକ୍ତମଭୁକ୍ତଂ ଚ ବର୍ଜୟିତ୍ୱା ପ୍ରୟତ୍ନତଃ ॥
ନାଡ଼ୀସଂଶୋଧନଂ କୁର୍ଯ୍ୟାଦୁକ୍ତମାର୍ଗେଣ ଯତ୍ନତଃ ।
ବୃଥା କ୍ଲେଶୋ ଭବେତ୍ତସ୍ୟ ତଚ୍ଛୋଧନମକୁର୍ବତଃ ॥
ନାସାଗ୍ରେ ଶଶଭୃଦ୍‌ବୀଜଂ ଚନ୍ଦ୍ରାତପବିତାନିତମ୍ ।
ସପ୍ତମସ୍ୟ ତୁ ବର୍ଗସ୍ୟ ଚତୁର୍ଥଂ ବିନ୍ଦୁସଂଯୁତଂ ॥
ବିଶ୍ୱମଧ୍ୟସ୍ଥମାଲୋକ୍ୟ ନାସାଗ୍ରେ ଚକ୍ଷୁଷୀ ଉଭେ ।
ଇଡ଼ୟା ପୂରୟେଦ୍‌ବାୟୁଂ ବାହ୍ୟଂ ଦ୍ୱାଦଶମାତ୍ରକୈଃ ॥
ତତୋଽଗ୍ନିଂ ପୂର୍ବବଦ୍‌ଧ୍ୟାୟେତ୍ ସ୍ଫୁରଜ୍ଜ୍ୱାଳାବଳୀୟୁତମ୍ ।
ରୂପଷ୍ଟଂ ବିନ୍ଦୁସଂଯୁକ୍ତଂ ଶିଖିମଣ୍ଡଳସଂସ୍ଥିତମ୍ ॥
ଧ୍ୟାୟେଦ୍‌ବିରେଚୟେଦ୍‌ବାୟୁଂ ମନ୍ଦଂ ପିଙ୍ଗଳୟା ପୁନଃ ।
ପୁନଃ ପିଙ୍ଗଳୟାପୂର୍ଯ୍ୟ ଘ୍ରାଣଂ ଦକ୍ଷିଣତଃ ସୁଧୀଃ ॥
ତଦ୍‌ବଦ୍‌ବିରେଚୟେଦ୍‌ବାୟୁମିଡ଼ୟା ତୁ ଶନୈଃ ଶନୈଃ ।
ତ୍ରିଚତୁର୍ବତ୍ସରଂ ଚାପି ତ୍ରିଚତୁର୍ମାସମେବ ବା ॥
ଗୁରୁଣୋକ୍ତପ୍ରକାରେଣ ରହସ୍ୟେବଂ ସମଭ୍ୟସେତ୍ ।
ପ୍ରାତର୍ମଧ୍ୟନ୍ଦିନେ ସାୟଂ ସ୍ନାତ୍ୱା ଷଟ୍‌କୃତ୍ୱ ଆଚରେତ୍ ॥
ସନ୍ଧ୍ୟାଦିକର୍ମ କୃତ୍ୱୈବଂ ମଧ୍ୟରାତ୍ରେଽପି ନିତ୍ୟଶଃ ।
ନାଡ଼ୀଶୁଦ୍ଧି ମବାପ୍ନୋତି ତଚ୍ଚିହ୍ନଂ ଦୃଶ୍ୟତେ ପୃଥକ୍ ॥
ଶରୀରଲଘୁତା ଦୀପ୍ତିର୍ଜଠରାଗ୍ନିବିବର୍ଦ୍ଧନମ୍ ॥
ନାଦାଭିବ୍ୟକ୍ତିରିତ୍ୟେତଲ୍ଲିଙ୍ଗଂ ତଚ୍ଛୁଦ୍ଧିସୂଚନମ୍ ॥

* * *

ପ୍ରାଣାୟାମଂ ତତଃ କୁର୍ଯ୍ୟାଦ୍‌ରେଚକପୂରକକୁମ୍ଭକୈଃ ।
ପ୍ରାଣାପାନସମାଯୋଗଃ ପ୍ରାଣାୟାମଃ ପ୍ରକୀର୍ତ୍ତିତଃ ॥

* * *

ପୂରୟେତ୍ ଷୋଡ଼ଶୈର୍ମାତ୍ରୈରାପାଦତଳମସ୍ତକମ୍ ।
ମାତ୍ରୈର୍ଦ୍ୱାତ୍ରିଂଶକୈଃ ପଶ୍ଚାଦ୍‌ରେଚୟେତ୍ ସୁସମାହିତଃ ॥

ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣକୁମ୍ଭବଦ୍‌ବାୟୋର୍ନିଶ୍ଚଳଂ ମୂର୍ଦ୍ଧ୍ନି ଦେଶତଃ ।
କୁମ୍ଭକଂ ଧାରଣଂ ଗାର୍ଗି ଚତୁଃଷଷ୍ଟ୍ୟା ତୁ ମାତ୍ରୟା ॥
ଋଷୟସ୍ତୁ ବଦନ୍ତ୍ୟନ୍ୟେ ପ୍ରାଣାୟାମପରାୟଣାଃ ।
ପବିତ୍ରୀଭୂତାଃ ପୂତାନ୍ତାଃ ପ୍ରଭଞ୍ଜନଜୟେ ରତାଃ ॥
ତତ୍ରାଦୌ କୁମ୍ଭକଂ କୃତ୍ୱା ଚତୁଃଷଷ୍ଟ୍ୟା ତୁ ମାତ୍ରୟା ।
ରେଚୟେତ୍ ଷୋଡ଼ଶୀର୍ମାତ୍ରୈର୍ନାସେନୈକେନ ସୁନ୍ଦରି ॥
ତତଶ୍ଚ ପୂରୟେଦ୍‌ବାୟୁଂ ଶନୈଃ ଷୋଡ଼ଶମାତ୍ରୟା ।
ପ୍ରାଣାୟାମୈର୍ଦହେଦ୍‌ଦୋଷାନ୍ ଧାରଣାଭିଶ୍ଚ କିଲ୍‌ବିଷାନ୍ ।
ପ୍ରତ୍ୟାହାରାଚ୍ଚ ସଂସର୍ଗାନ୍ ଧ୍ୟାନେନାନୀଶ୍ୱରାନ୍ ଗୁଣାନ୍ ॥

ଅର୍ଥ—ଯଥାବିଧି ବାଞ୍ଛିତ ଆସନ ଅଭ୍ୟାସ କରି, ଅତଃପର, ହେ ଗାର୍ଗି, ଜିତାସନଗତ ହୋଇ ପ୍ରାଣାୟାମ ଅଭ୍ୟାସ କରିବ । କୋମଳ ଆସନରେ କୁଶ ସମ୍ୟକ୍ ବିଛାଇ, ତାହା ଉପରେ ମୃଗଚର୍ମ ବିଛାଇ, ଫଳ ଓ ମୋଦକଦ୍ୱାରା ଗଣେଶଙ୍କର ପୂଜା କରି ସେହି ଆସନରେ ସୁଖାସୀନ ହୋଇ, ବାମ ହସ୍ତରେ ଦକ୍ଷିଣହସ୍ତ ସ୍ଥାପନ କରି, ସମ-ଗ୍ରୀବାଶିର ହୋଇ, ମୁଖ ବନ୍ଦ କରି, ନିଶ୍ଚଳ ହୋଇ ପୂର୍ବମୁଖ ବା ଉତ୍ତରମୁଖ ହୋଇ ବସି, ନାସାଗ୍ରରେ ଦୃଷ୍ଟି ନ୍ୟସ୍ତ କରି ଅତିଭୋଜନ ବା ଏକାବେଳକେ ଅନାହାର ତ୍ୟାଗ କରି, ପୂର୍ବୋକ୍ତ ପ୍ରକାରରେ ଯତ୍ନପୂର୍ବକ ନାଡ଼ୀ ସଂଶୋଧନ କରିବ ଏହି ନାଡ଼ୀଶୋଧନ ନ କଲେ ତାର ସାଧନାର ସମସ୍ତ କ୍ଲେଶ ବୃଥା ହୁଏ ।

ପିଙ୍ଗଳା ଓ ଇଡ଼ାର ସଂଯୋଗସ୍ଥଳରେ (ଦକ୍ଷିଣ ଓ ବାମ ନାସିକାର ସଂଯୋଗସ୍ଥଳରେ) 'ହୁଂ' ବୀଜ ଚିନ୍ତା କରି ଇଡ଼ାକୁ ଦ୍ୱାଦଶମାତ୍ରା ବାହ୍ୟ ବାୟୁ ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବ । ତତ୍ପରେ ସେହି ସ୍ଥାନରେ ଅଗ୍ନିଙ୍କ ଚିନ୍ତା ଓ 'ରଂ' ବୀଜର ଧ୍ୟାନ କରିବ; ଏହି ପ୍ରକାର ଧ୍ୟାନ କରିବାବେଳେ ଧୀରେ ଧୀରେ ପିଙ୍ଗଳା (ଦକ୍ଷିଣ ନାସିକା) ଦେଇ ବାୟୁ ରେଚନ କରିବ । ପୁନରାୟ ପିଙ୍ଗଳାଦ୍ୱାରା ପୂରକ କରି ପୂର୍ବୋକ୍ତ ପ୍ରକାରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ଇଡ଼ାଦ୍ୱାରା ରେଚନ କରିବ । ଗୁରୋପ-ଦେଶାନୁସାରେ ଏହା ତିନି ଚାରି ବର୍ଷ ଅଥବା ତିନି ଚାରି ମାସ ଅଭ୍ୟାସ କରିବ । ଉଷାକାଳରେ, ମଧ୍ୟାହ୍ନରେ, ସାୟାହ୍ନରେ ଓ ମଧ୍ୟରାତ୍ରିରେ ଯେତେଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନାଡ଼ୀଶୁଦ୍ଧି ନ ହୋଇଛି, ସେତେଦିନ ଗୋପନରେ ଏହା ଅଭ୍ୟାସ କରିବାକୁ ହେବ । ଏଥିରୁ ଏହି ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରକାଶିତ ହେବ, ଯଥା—ଶରୀରର ଲଘୁତା, ସୁନ୍ଦର ବର୍ଣ୍ଣ, କ୍ଷୁଧା ଓ ନାଦଶ୍ରବଣ ।

ତତ୍ପରେ ରେଚକ, କୁମ୍ଭକ, ପୂରକାତ୍ମକ ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବାକୁ ହେବ । ଅପାନ ସହିତ ପ୍ରାଣର ଯୋଗ କରିବାର ନାମ ପ୍ରାଣାୟାମ ।

୧୬ ମାତ୍ରା ମସ୍ତକଠାରୁ ପାଦ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପୂରକ, ୩୨ ମାତ୍ରା ରେଚକ ଓ ୬୪ ମାତ୍ରା କୁମ୍ଭକ କରିବ ।

ଆଉ ଏକ ପ୍ରକାର ପ୍ରାଣାୟାମ ଅଛି, ସେଥିରେ ପ୍ରଥମେ ୬୪ ମାତ୍ରା କୁମ୍ଭକ, ପରେ ୩୨ ମାତ୍ରା ରେଚକ ଓ ତତ୍ପରେ ୧୬ ମାତ୍ରା ପୂରକ କରିବାକୁ ହେବ । ପ୍ରାଣାୟାମଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ସମସ୍ତ ଦୋଷ ଦଗ୍ଧ ହୋଇଯାଏ । ଧାରଣାଦ୍ୱାରା ମନର ଅପବିତ୍ରତା ଦୂର ହୁଏ । ପ୍ରତ୍ୟାହାରଦ୍ୱାରା ସଙ୍ଗଦୋଷ ନାଶ ହୁଏ ଓ ଧ୍ୟାନଦ୍ୱାରା, ଯାହା ଆତ୍ମାର ସମସ୍ତ ଈଶ୍ୱରଭାବକୁ ଆବରଣ କରି ରଖେ, ତାହା ନାଶ ହୋଇଯାଏ ।

୩. ସାଂଖ୍ୟ-ପ୍ରବଚନ-ସୂତ୍ର

ତୃତୀୟ ଅଧ୍ୟାୟ

ଭାବନୋପଚୟାତ୍ ଶୁଦ୍ଧସ୍ୟ ସର୍ବଂ ପ୍ରକୃତିବତ୍ ॥୨୯॥

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ପ୍ରଗାଢ଼ ଧ୍ୟାନବଳରେ, ଶୁଦ୍ଧସ୍ୱରୂପ ପୁରୁଷ ନିକଟକୁ ପ୍ରକୃତିତୁଲ୍ୟ ସମୁଦାୟ ଶକ୍ତି ଆସିଥାଏ ।

ରାଗୋପହତିର୍ଧ୍ୟାନମ୍ ॥୩୦॥

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଆସକ୍ତିର ନାଶକୁ ଧ୍ୟାନ କହନ୍ତି ।

ବୃତ୍ତିନିରୋଧାତ୍ତତ୍‌ସିଦ୍ଧିଃ ॥୩୧।

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ସମୁଦାୟ ବୃତ୍ତିର ନିରୋଧରେ ଧ୍ୟାନ ସିଦ୍ଧ ହୁଏ ।

ଧାରଣାସନସ୍ୱକର୍ମଣା ତତ୍‌ସିଦ୍ଧିଃ ॥୩୨॥

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଧାରଣା, ଆସନ ଓ ନିଜ କର୍ତ୍ତବ୍ୟକର୍ମ-ନିଷ୍ପାଦନଦ୍ୱାରା ଧ୍ୟାନ ସିଦ୍ଧ ହୁଏ ।

ନିରୋଧଚ୍ଛର୍ଦ୍ଦିବିଧାରଣାଭ୍ୟାମ୍ ॥୩୩॥

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଶ୍ୱାସର ଛର୍ଦ୍ଦି (ତ୍ୟାଗ) ଓ ବିଧାରଣ (ଧାରଣ) ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାଣବାୟୁର ନିରୋଧ ହୁଏ ।

ସ୍ଥିରସୁଖମାସନମ୍ ॥୩୪॥

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଯେଉଁ ଭାବରେ ବସିଲେ ସ୍ଥୈର୍ଯ୍ୟ ଓ ସୁଖ ଲାଭ ହୁଏ, ତାହାର ନାମ ଆସନ ।

ବୈରାଗ୍ୟାଦଭ୍ୟାସାଚ୍ଚ ॥୩୬॥

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ବୈରାଗ୍ୟ ଓ ଅଭ୍ୟାସଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ (ତାହା ଲାଭ ହୋଇଥାଏ) ।

ତତ୍ତ୍ୱାଭ୍ୟାସାନ୍ନେତି ନେତୀତି ତ୍ୟାଗାଦ୍‌ବିବେକସିଦ୍ଧିଃ ॥୭୪॥

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରତ୍ୟେକ ତତ୍ତ୍ୱକୁ 'ଏହା ନୁହେଁ, ଏହା ନୁହେଁ'—ଏହିପରି କହି ତ୍ୟାଗ କରିପାରିଲେ, ବିବେକ ସିଦ୍ଧ ହୁଏ ।

ଚତୁର୍ଥ ଅଧ୍ୟାୟ

ଆବୃତ୍ତିରସକୃଦୁପଦେଶାତ୍ ।।୩।।

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ବେଦରେ ଏକାଧିକବାର ଶ୍ରବଣର ଉପଦେଶ ଅଛି; ସୁତରାଂ ପୁନଃ ପୁନଃ ଶ୍ରବଣ ଆବଶ୍ୟକ ।

ଶ୍ୟେନବତ୍ ସୁଖଃଦୁଃଖୀ ତ୍ୟାଗବିୟୋଗାଭ୍ୟାମ୍ ।।୫।।

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଯେପରି ଶ୍ୟେନପକ୍ଷୀ ମାଂସର ବିୟୋଗରେ ଦୁଃଖୀ ଓ ସ୍ୱୟଂ ଇଚ୍ଛାପୂର୍ବକ ତ୍ୟାଗରେ ସୁଖୀ ହୁଏ, ତଦ୍ରୂପ ସାଧୁ ଇଚ୍ଛାପୂର୍ବକ ସର୍ବତ୍ୟାଗ କରି ସୁଖୀ ହେବେ ।

ଅହିନିର୍ଲ୍ଲୟନୀବତ୍ ।।୬।।

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଯେପରି ସର୍ପମାନେ ହେୟଜ୍ଞାନରେ ଗାତ୍ରସ୍ଥ ଜୀର୍ଣ୍ଣତ୍ୱକ୍ ଅନାୟାସରେ ପରିତ୍ୟାଗ କରନ୍ତି (ସେହିପରି ସାଧକ ମଧ୍ୟ ପୂର୍ବ ସଂସ୍କାର ତ୍ୟାଗ କରିବେ) ।

ଅସାଧନାନୁଚିନ୍ତନଂ ବନ୍ଧାୟ ଭରତବତ୍ ।।୮।।

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଯାହା ବିବେକଜ୍ଞାନର ସାଧନ ନୁହେଁ, ତାହାର ଚିନ୍ତା କରିବ ନାହିଁ, କାରଣ ଏହା ବନ୍ଧନର ହେତୁ; ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ—ଭରତ ରାଜା ।

ବହୁଭିର୍ଯୋଗେ ବିରୋଧୋ ରାଗାଦିଭିଃ କୁମାରୀଶଙ୍ଖବତ୍ ।।୯।।

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ବହୁ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ସଙ୍ଗ ରାଗାଦିର କାରଣ ବୋଲି ଧ୍ୟାନର ବିଘ୍ନସ୍ୱରୂପ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ-କୁମାରୀହସ୍ତେ ବହୁ ଶଙ୍ଖ ।

ଦ୍ୱାଭ୍ୟାମପି ତଥୈବ ।।୧୦।।

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଦୁଇ ଜଣ (ଲୋକ) ଏକସଙ୍ଗରେ ରହିବା ମଧ୍ୟ ତଦ୍ରୂପ ।

ନିରାଶଃ ସୁଖୀ ପିଙ୍ଗଳାବତ୍ ।।୧୧।।

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଆଶା ତ୍ୟାଗ କଲେ ଆମେ ସୁଖୀ ହୋଇଥାଉ; ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ-ପିଙ୍ଗଳାନାମ୍ନୀ ବେଶ୍ୟା ।

ବହୁଶାସ୍ତ୍ରଗୁରୁପାସନେଽପି ସାରାଦାନଂ ଷଟ୍‌ପଦବତ୍ ।।୧୩।।

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ମଧୁକର ଯେପରି ଅନେକ ପୁଷ୍ପରୁ ମଧୁ ସଂଗ୍ରହ କରିଥାଏ, ସେହିପରି ଯଦିଓ ବହୁ ଶାସ୍ତ୍ର ଓ ବହୁ ଗୁରୁଙ୍କର ଉପାସନା କରାହୁଏ, ତଥାପି ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ସାର ଟିକକ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହେବ ।

ଇଷୁକାରବନ୍ନୈକଚିତ୍ତସ୍ୟ ସମାଧିହାନିଃ ।।୧୪।।

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଶରନିର୍ମାତା ଭଳି ଏକାଗ୍ରଚିତ୍ତ ରହିଲେ ସମାଧି ଭଙ୍ଗ ହୁଏ ନାହିଁ ।

କୃତନିୟମଲଙ୍ଘନାଦାନର୍ଥକ୍ୟଂ ଲୋକବତ୍ ।।୧୫।।

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଲୌକିକ ବିଷୟରେ ଯେପରି କୃତନିୟମ ଲଙ୍ଘନ କଲେ ମହା ଅନର୍ଥର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୁଏ, ସେହିପରି ଏଥିରେ ମଧ୍ୟ ହୁଏ ।

ପ୍ରଣତିବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟୋପସର୍ପଣାନି କୃତ୍ୱା ସିଦ୍ଧିର୍ବହୁକାଳାତ୍ତଦ୍ୱତ୍ ।।୧୯।।

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ପ୍ରଣତି, ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଓ ଗୁରୁସେବାଦ୍ୱାରା ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ପରି ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପରେ ସିଦ୍ଧିଲାଭ ହୁଏ ।

ନ କାଳନିୟମୋ ବାମଦେବବତ୍ ॥୨୦॥

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଜ୍ଞାନୋତ୍ପତ୍ତିର କାଳନିୟମ ନାହିଁ । ଯେପରି ବାମଦେବ ମୁନିଙ୍କର (ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ଜ୍ଞାନୋଦୟ) ହୋଇଥିଲା ।

ଲବ୍ଧାତିଶୟଯୋଗାଦ୍ୱା ତଦ୍ୱତ୍ ॥୨୪॥

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଅତିଶୟ ଜ୍ଞାନର ପରାକାଷ୍ଠା ଲାଭ କରିଛନ୍ତି, ତାଙ୍କର ସଙ୍ଗଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ବିବେକ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ ।

ନ ଭୋଗାଦ୍ ରାଗଶାନ୍ତିର୍ମୁନିବତ୍ ॥୨୭॥

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଯେପରି ଭୋଗରେ ସୌଭରି ମୁନିଙ୍କର ଆସକ୍ତି ଶାନ୍ତ ହେଲା ନାହିଁ, ସେହିପରି ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଭୋଗଦ୍ୱାରା ରାଗଶାନ୍ତି ହୁଏ ନାହିଁ ।

ପଞ୍ଚମ ଅଧ୍ୟାୟ

ଯୋଗସିଦ୍ଧୟୋଽପ୍ୟୌଷଧାଦିସିଦ୍ଧିବନ୍ନାପଲପନୀୟାଃ ॥୧୨୮॥

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ଔଷଧାଦିଦ୍ୱାରା ଆରୋଗ୍ୟସିଦ୍ଧି ହୁଏ ବୋଲି ଯେପରି ଲୋକେ ଔଷଧାଦିର ଶକ୍ତି ଅସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତି ନାହିଁ, ସେହିପରି ଯୋଗଜ ସିଦ୍ଧ ମଧ୍ୟ ଅସ୍ୱୀକାର କଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ ।

ଷଷ୍ଠ ଅଧ୍ୟାୟ

ସ୍ଥିରସୁଖମାସନମିତି ନ ନିୟମଃ ॥୨୪॥

ସୂତ୍ରାର୍ଥ—ସ୍ୱସ୍ତିକାଦି ଆସନ ଅଭ୍ୟାସ ନିଶ୍ଚୟ କରିବାକୁ ହେବ, ଏପରି କୌଣସି ନିୟମ ନାହିଁ । ଶରୀର ଓ ମନ ବିଚଳିତ ନ ହୋଇ ବରଂ ସୁଖକର ହେବ, ଏହିପରି ଭାବରେ ଉପବେଶନର ନାମ ହିଁ ଆସନ ।

୪. ବ୍ୟାସ-ସୂତ୍ର(ବେଦାନ୍ତ-ସୂତ୍ର)

ଚତୁର୍ଥ ଅଧ୍ୟାୟ—ପ୍ରଥମ ପାଦ

ଆସୀନଃ ସମ୍ଭବାତ୍ ।।୭।।

ଅର୍ଥ—ଉପବେଶନ କରି ଉପାସନା କରିବା ସମ୍ଭବ, ସୁତରାଂ ସେହି ଭାବରେ ଉପାସନା କରିବ ।

ଧ୍ୟାନାଚ୍ଚ ।।୮।।

ଅର୍ଥ—ଧ୍ୟାନ-ହେତୁ ମଧ୍ୟ (ଉପବିଷ୍ଟ, ଅଙ୍ଗଚେଷ୍ଟାରାହିତ୍ୟାଦି ଲକ୍ଷଣାକ୍ରାନ୍ତ ପୁରୁଷକୁ ଦେଖି ଲୋକେ କହନ୍ତି, ଏ ଧ୍ୟାନ କରୁଛନ୍ତି, ଅତଏବ ଧ୍ୟାନ ଉପବିଷ୍ଟ ପୁରୁଷଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ସମ୍ଭବ) ।

ଅଚଳତ୍ୱଞ୍ଚାପେକ୍ଷ୍ୟ ।।୯।।

ଅର୍ଥ—କାରଣ, ଧ୍ୟାନୀ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ନିଶ୍ଚଳ ପୃଥିବୀ ସହିତ ତୁଳନା କରାଯାଇଛି ।

ସ୍ମରନ୍ତି ଚ ।।୧୦।।

ଅର୍ଥ—କାରଣ ସ୍ମୃତିରେ ମଧ୍ୟ ଏହି କଥା କୁହାଯାଇଥାଏ ।

ଯତ୍ରୈକାଗ୍ରତା ତତ୍ରାବିଶେଷାତ୍ ।।୧୧।।

ଅର୍ଥ—ଯେଉଁଠାରେ ଏକାଗ୍ରତା ହେବ, ସେହି ସ୍ଥାନରେ ବସି ଧ୍ୟାନ କରିବ, କାରଣ କେଉଁ ସ୍ଥାନରେ ବସି ଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହେବ, ତାହାର କୌଣସି ବିଶେଷ ବିଧାନ ନାହିଁ ।

* * *

ଏହି କେତୋଟି ଉଦ୍ଧୃତ ଅଂଶ ଦେଖିବାମାତ୍ରେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଭାରତୀୟ ଦର୍ଶନ ଯୋଗ ସମ୍ବନ୍ଧରେ କଅଣ କହିଛନ୍ତି, ତାହା ଜାଣାଯିବ ।